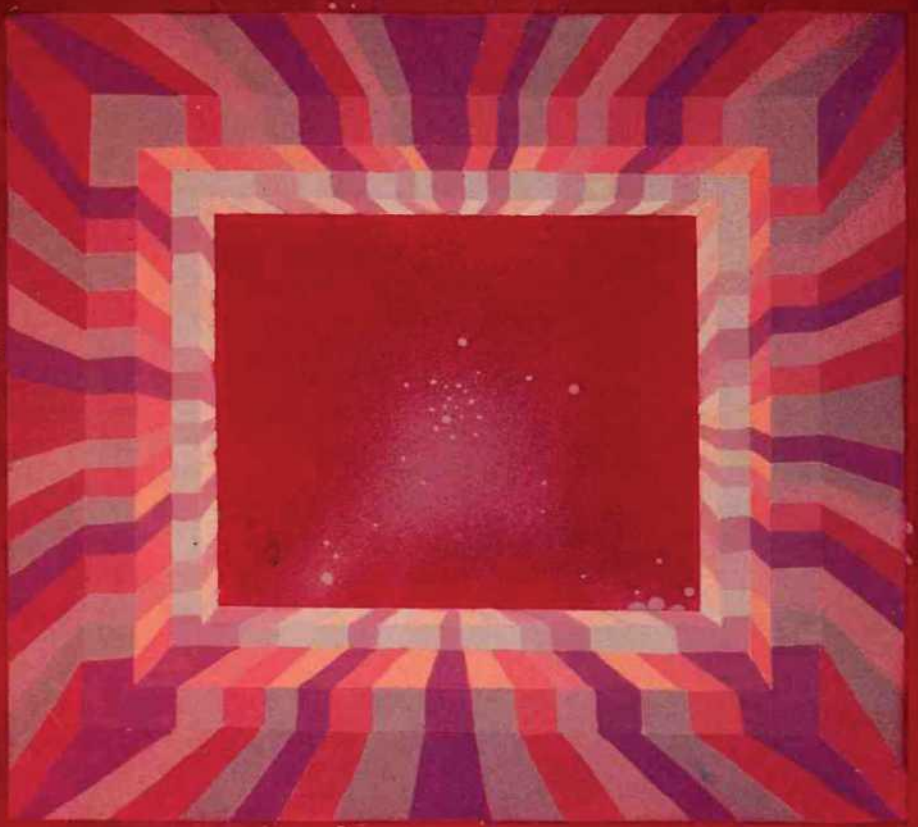
YERYÜZÜNDEKİ HAYAT DİZİSİNİN 2. KİTABI

Sanaya Roman



Personal Power through Awareness

Sanaya Roman1 kitap

*Sevinçle Yaşamak: Kişisel Güç ve Ruhsal Dönüşümün Anahtarları*Dünya Yaşamı Serisinin I. Kitabı

Farkındalık Yoluyla Kişisel Güç: Hassas İnsanlar İçin Bir Kılavuz
Dünya Yaşamı Serisinin II. Kitabı

Manevi Gelişim: Yüksek Benliğiniz Olmak
Dünya Yaşamı Serisinin III. Kitabı

Sanaya Roman ve Duane Packer'ın kitapları, Ph.D.

Kanala Açılış: Rehberinizle Nasıl Bağlantı Kurarsınız?

Para Yaratmak: Bolluğun Anahtarları

hepiniz bütünün birliğini ve birin bütünlüğünü keşfediyorsunuz.

YERYÜZÜNDEKİ HAYAT DİZİSİNİN 2. KİTAP

Sanaya Roma
ORİN İÇİN KANAL

Farkındalık Yoluyla

Kişisel Güç

HASSAS İNSANLAR
İÇİN BİR REHBER

HJ Kramer A.Ş.
Tiburon, Kaliforniya

©1986 Sanaya RomanTüm hakları saklıdır.**ISBN: 0-915811-04-9**

Bu kitabın hiçbir bölümü, yayıncının yazılı izni olmaksızın, fotokopi, kayıt veya herhangi bir bilgi depolama ve erişim sistemi dahil olmak üzere elektronik veya mekanik hiçbir şekilde veya hiçbir şekilde çoğaltılamaz veya kullanılamaz.

HJ Kramer Inc Yayıncılar P.O. Kutu 1082Tiburon, Kaliforniya 94920

Kapak resmi "E=MC2" © 1986, Judith Cornell, Ph.D.
Işık, her çağın büyük ruhani öğretilerinde görülen bir temadır.

Kitap tasarımı Abigail Johnston, Bileşimi Curt Chelin

İlk karton kapaklı baskı 1986 Amerika Birleşik Devletleri'nde üretilmiştir

10 9

TEŞEKKÜRLER

Doktor Duane Packer'a bu kitaplardaki yardım ve desteği ve kanallık ve öğretimle birlikte keyifle yaptığımız iş için şükranlarımı sunmak istiyorum.

LaUna Huffines'e Orin'e ve bana verdiği destek ve sevgimi daha fazla ifade etmeme yardımcı olan kitabı Bağlanmak için içten teşekkürlerimi sunuyorum. Benim hayatıma ve Orin'in çalışmasına yaptıkları birçok katkı için Ed ve Amerinda Alpern'e özellikle teşekkür etmek istiyorum. Ayrıca Linda Johnston, Wendy Grace, Scotta Catamas, Cheryl Williams, Jeff Abbott, Nancy ve Sara McJunkin, Sandy Hobson, Lisa Benson, Rob ve Stacey Friedman, Evelyn Taylor, Debra Ross, Shirley Runco, Karen La Puma ve Linda Lutzkendorf. Bu süre zarfında Orin'in kitapları ve birlikte öğrenmemiz için vizyon sahibi olan sizlere teşekkür etmek istiyorum: Jan Shelley, Eva Roza, Mary Beth Braun,' Leah Warren, Mari Ane Anderson, Mary Pat Mahan, Rosemary Crane, Sylvia Larson, Colleen Hicks, Trudie London, Carol Hawkinson, Roberta Heath, Jill O'Hara, Patrice Noli, ve Dona Crowder. Varlığınız, sevginiz ve desteğiniz için Orin'i destekleyen hepinize teşekkür etmek istiyorum; ve bilgeliğiniz ve büyümeye istekliliğiniz için kanallık yapan topluluk.

Editörüm Elaine Ratner'a mükemmel kurgusu için, Abigail Johnston'a tasarımdaki yardımları için teşekkür etmek istiyorum.

Lois Landau, vicdanlı daktilo için. Desteği ve bu kitapları gerçeğe dönüştürdüğü için Hal Kramer'e teşekkür etmek istiyorum. Ayrıca Rob'a cesareti ve sevgisi için teşekkür etmek istiyorum; rehberlikleri için ailem Court ve Shirley Smith'e; Otto ve Ruth Brown ve sürekli sevgileri için Dorothy Lundy ve erkek ve kız kardeşlerim David, Debra, Patricia ve Robert.

Kitaplarının hayatıma yaptığı katkılardan dolayı Seth, Jane Roberts ve Robert Butts'a teşekkür etmek istiyorum; kitapları ve kasetleri için Dick Sutphen; ve Shirley Maclaine, Carlos Castenadas, Richard Bach, Edgar Cayce ve Betty Bethards gibi insanların tam potansiyellerine uyanmalarına yardımcı olan diğerleri.

Varlıkları hepimizin daha fazla ışığa ulaşmasını sağlayan Işık Üstatlarına ve Varlıklarına en derin sevgi ve takdirlerimi sunarım.

İÇİNDEKİLER

ORİN'DEN SELAMLAR | 1
Topladığınız enerjileri tanımayı öğrenebilirsiniz 2
radyo gibisin 2
Enerji merkezleriniz açılıyor 4
*Çoğunuz hassas çocuklar olarak büyüdünüz.*5 Bilgelik geliştirmek, acıyı serbest bırakmak ve olumsuzluğun üstesinden gelmek önemlidir 6

II ENERJİ ALGILAMA | 7
Görselleştirme enerjiyi dönüştürebilir 8
Her evde enerjiler vardır
*ve oturanların düşünceleri*10
sürekli gönderiliyorsunuz
*evrenden gelen işaretler*11
*oyun sayfası*14

III ANLAMAK VE YÖNLENDİRMEK
ETRAFINIZDAKİ GÖRÜNMEYEN ENERJİ | 15
Enerjinin ne kadar çok farkına varırsanız, içsel rehberliğinizin de o kadar çok farkına varırsınız 16 Kalbiniz açık ve sevgi dolu olduğu ölçüde enerjiyi hissedebilirsiniz 18
Hayal gücünüz güçlü bir enerji algılama aracıdır 20 Odaklanma zamanı hızlandırır ve enerjiyi yönlendirir 21 Zor durumdaysanız aşk yayınlayın 22

*Ne istemediğinizden çok ne istediğinizi düşünerek zaman geçirin*24
Oyun sayfası 217

IV BAŞKALARINDA ENERJİ ALGILAMAK | 29
*Bedeninizin, düşüncelerinizin ve duygularınızın farkında olmak, diğer insanların üzerinizdeki etkisini keşfetmenizi sağlar.*30
*Karşınızdakini veya kendinizi yanlış anlamayın.*32
*Kendinizi değersiz hissettiğinizde, bu bir işarettir diğer insanların enerjinize açık olmadığını*33
*İyileştirici bir bağlantı istiyorsanız, ne kadar olduğunu bilin vermek ve ne kadar almak*35
Duygular gerçeği yaratmanıza yardımcı olur 2>7
*Sessiz bir zihinle dinleyin*39
*oyun sayfası*41

V BEN KİMİM? | 43
*Kendinize bir taahhütte bulunmak*44
*Kendi ihtiyaçlarınıza ne zaman dikkat edeceğinizi bilin ve ne zaman bencil olmamak*45
*Herkesin mutluluğundan sorumlu hissetme*46
*Almak istediğinizi başkalarına verin*48
*Korkuyu ortadan kaldırmak için doğrudan ona bakın*49
*Olduğun kişiyi sev, olman gereken kişiyi değil*51
*oyun sayfası*53

VI BİLİNÇSİZİ GETİRMEK BİLİNCE | 55
*Gizli sürücülerin insafına kalmış değilsin veya bilinmeyen programlar*56
*İnsanlar hakkında iyi olan şeylere odaklandıkça, onların bunu başarmalarını sağlarsınız.*58
*Kendiniz hakkında oluşturduğunuz görüntülerin farkında olun*59
*Asla bir girişim olmayan bir şey yapmazsın hayatınıza daha fazla ışık getirmek için*60
*Hayatınızın her alanına bakın ve "En yüksek vizyonum nedir?" diye sorun.*61

*Herkesin genişlediğini ve büyüdüğünü görün*62
*Rehberlik isterseniz, mesajlara güvenin aklına gelen*63
*oyun sayfası*66

VII İÇ GÖRÜNTÜLERİNİZİ GELİŞTİRME: GERÇEK KENDİNİ SERBEST BIRAKMAK | 68
*Kendinizi bir erkek veya kadın olarak tanımlamanız, davranışınızı büyük ölçüde etkiler.*69
İnsanlara gönderdiğiniz resimlere dikkat edin 70
Resimler, insanların kavraması için sözcüklerden daha kolaydır 72
En yüksek şifa yolunuzu hayal etmek için hayal gücünüzü kullanın, neden burada olduğunuza dair bir vizyon 75
Oyun kağıdı 76

VIII EN DERİN GERÇEĞİNİ BULMAK | 78
*Merhamet kendini koyabilme yeteneğidir diğer kişinin ayakkabılarında*78
acı çekmek zorunda değilsin ve büyüme mücadelesi 79
*Kendini iyileştirme yeteneğine sahipsin*81
*Gerçeğini bilme yeteneğine sahipsin*83
Birine ne söyleyeceğinizi düşünürken, en derin gerçeğinizin imajını koruyun 85 .
*En derin gerçeğinizi onurlandırmak, size ve diğer kişiye bir hediyedir.*86
*oyun sayfası*89

IX IŞIĞA YOLCULUK: YÜKSELMEK | 91
*Kendinizi yanlış yerine doğru yapma yeteneği, daha hızlı büyümenize yardımcı olacaktır.*92
*Gelişmenin tek bir doğru yolu yok*94
*Hayatınızdaki herhangi bir alan çalışmıyorsa, o alandaki inançlarınızdan birinin değiştirilmesi gerekir.*95
*Düşüncelerinizi geliştirerek insanlığın barışa ulaşmasına yardımcı olabilirsiniz.*96

oyun sayfası 98

X KOŞULSUZ SEVGİYİ ÖĞRENMEK | 100
*Koşulsuz sevgi olmayı öğrenmektir sevginin kaynağı*100
*Koşulsuz sevgi korkuyu dönüştürür*102
*Korku henüz aşkı keşfetmemiş bir yerdir*103
*Kendini durumlara sokarak seveceğin takımsın seni sevmeye zorlayan*105
*Başkalarına ne verirsen, kendine de bir hediyedir.*105
*Savunacak bir şeyin yoksa hayat kolaylaşır*107
*Aşk her şeye ve herkese güzellik getirir*108
*Işıkla doldukça etrafınızdaki dünyayı etkileme gücünüz artar.*109
*oyun sayfası*111

XI SEÇİM YOLUYLA ACIYI TAŞIMAK BÜYÜMEK | 113
*Acı, yalnızca içinde zaten acı varken bir başkası tarafından tetiklenir.*115
*Bir durumdan ne öğrendiğinizi ne kadar çok anlarsanız, onu o kadar çabuk terk edebilirsiniz.*116
*Ağrı büyümenin güçlü bir göstergesidir*117
*Başkaları size kızgınlık gösterirse, onların olumsuzluğunun tepkinizin bir parçası olmasına izin vermeyin.*119
*İnsanları affetmekte zorlanıyorsanız, onlarla bir sonraki konuşmanızda onların dünyadaki son günleriymiş gibi davranın.*120
*oyun sayfası*123

XII SEZGİLERİNİZİ AÇMAK | 125
*Sezginizi takip ettiğinizde birçok kapı açılacak*126
Sezginize göre hareket etmek hedeflerinizi size daha hızlı getirir 127
*Geçmişinize sevgi dolu enerji gönderin*129

*Sezginizi açmanın en iyi yolu onu dinlemektir.*130 Sezgiyle hareket ettiğinizde
*işler kolayca olur*131
*oyun sayfası*134

XIII ZİHNİNİZ, İÇ DİYALOG, VE KİŞİSEL YAYIN | 136
*Yüksek, sevgi dolu sözler söylemek yükseltir zihninizin titreşimi*137
*Sahip olmak istediğiniz nitelikler hakkında sanki zaten sahipmişsiniz gibi konuşun.*139
*Kendinizi geliştirerek, bir kapı yaratırsınız arkandakilerin geçmesi için*140
Düşüncelerinizi kontrol edebilirsiniz 143
*Eğitimli bir zihin duygusal sakinlik yaratır ve iç huzur*144
Pozitif kelimeler kullanarak enerjinizi değiştirebilirsiniz 145
*oyun sayfası*147

XIV BİLGELİK: YÜKSEK BENLİĞİNİZ OLMAK | 149
*Sevgiyi hissetmek negatif enerjiyi değiştirir*150
*Daha düşük düşüncelere direnmek yerine, daha yüksek düşünceleri yanlarına alın.*151
*Hikmet, hangi mesajlara dikkat edilmesi gerektiğini ayırt edebilmektir.*152
*Ne o, kendini sevmek her zaman sevmektir diğerlerine*154
*Bilgelik, ne zaman harekete geçeceğini bilme yeteneğidir.*155
*Merhameti tatmak önemlidir*157
*oyun sayfası*159

XV TELEPATİ: SÖZSÜZ İLETİŞİMİ ANLAMAK | 161
*Topluluğunuzdaki düşünce formlarının farkında olun*162
Kendi enerjinizi bilene kadar telepatik olarak ne topladığınızı bilemezsiniz.

*Başkalarının ne olduğunu bilme yeteneğine sahipsiniz. düşünüyorlar*166

*Telepatik mesajlar üzerinde kontrol sahibi olabilirsiniz.*167
*Bir başkasıyla yakın bir ilişki istiyorsanız, önce kim olduğunuzun farkına varın.*169
*Telepati bir hediye ve sorumluluktur*170
*Başkalarını düşündüğünüzde onlar enerji alırlar senden*172
*Düşünme alışkanlıklarınızı değiştirmek enerji vericidir.*174
*Bir insanı düşünmeyi bırakmanın yolları var*176
*Birinden bir şey istersen, bir anı hayal et aynı şeyi başka birine verdiğinde*178
*Duygularını yatıştırabilirsin*180
*oyun sayfası*182

XVI REHBERLİK ALMAK YÜKSEK GERÇEKLER | 184
*Gerçek şifa şefkat ve sevgiyi içerir*185
*Rehberlik almak için isteyin ve ardından dinleyin*186
*Beynin günde 40.000 ila 50.000 düşüncesi vardır.*189
*Yukarı bakarsanız, herhangi bir yardım alacaksınız ihtiyacın var*190
*Hedeflerinizi yazmak, onları size daha hızlı getirir*192
*Rehberlik getirmek istiyorsanız, sessizce oturun*194
*Spesifik formu oluşturmak size kalmış senin işin alacak*196
*oyun sayfası*197

ORIN VE DABEN TARAFINDAN YARDIMCI KİTAPLAR | 198

Selamlar Orin'den

Seni çok iyi bildiğin evreni benimle birlikte keşfetmeye davet ediyorum. Onu biraz farklı bir perspektiften, ek bir boyut, beklenmedik bir zenginlik kazanmasına izin verecek şekilde inceleyeceğiz. Etrafınızda var olan enerji dünyasıdır. Bu kitap, içinde bulunduğunuz enerji dünyasını daha net görmenizi, başkalarının sizi etkileyen inanç sistemlerini, kitlesel düşünce formlarını ve telepatik enerjilerini anlamanızı sağlayacaktır. Bu, içinizdeki ve çevrenizdeki görünmeyen enerjilerin gizemini araştırarak, bilinçaltını bilince getirme kursudur. Beş duyunuzla gördüğünüzün ötesinde çok şey var ve bu sizi etkileyebilir. Bu görünmeyen enerjileri anladığınızda, gitmek istediğiniz yere varmanıza yardımcı olacak bir araç haline gelebilirler.

Enerjiye yakından bakmak, tanıdık bir nesneye mikroskopla bakmak gibidir. Hala aynı nesne olmasına rağmen, yakından farklı görünüyor. Bu kurs, etrafınızdaki görünmeyen enerjileri görmenize yardımcı olacak bir mikroskop gibi davranacaktır.

farklı bir perspektif sağlamak için odağı çevirerek ve ayarlayarak daha ayrıntılı bir şekilde görüntüleyin. Bu, her zaman bildiğiniz aynı dünyadır, ancak onu yeni şekillerde anlayıp algıladıkça, sırlarını size açacaktır.

Sen*bilinçaltında topladığınız enerjileri tanımayı öğrenebilir.*

Bu durumda mikroskop, farkındalığınızdır, dikkatinizi seçtiğiniz şeye odaklamak için doğuştan gelen yeteneğinizdir. Dünyayı yalnızca fiziksel duyularınızla algılamakla kalmaz, aynı zamanda sürekli olarak sözsüz, sezgisel düzeyde bilgi alırsınız. Düşünceleriniz enerjiyi algılamanın kapısıdır ve iç gözleriniz onu değiştirmek ve onunla çalışmak için araçlar sağlar. Negatif enerjiyi iyileştirmeyi, görselleştirme yeteneğinizi artırmayı ve insanlarla telepatik iletişim kurmayı, onların sizin hakkınızda ne düşündüklerini ve onların sözlü olmayan mesajlarıyla nasıl çalışacağınızı bilerek öğrenebilirsiniz. İç dünyanızla çalışacağız. Enerjiyi algılamanın bir kısmı, etrafınızdaki mesajları duymaktır. Başkalarının kötü ruh hallerinden etkilenmenize gerek yok. İnsanların gelişmesine yardımcı olmak için, olumsuzlukları her fark ettiğinizde iyileştirme yeteneğine sahipsiniz.

Yoo*birçok istasyonu alabilen bir radyo gibidir. Aldığınız şey, neye dikkat ettiğinize bağlıdır.*

Gün boyunca sizi etkileyen birçok enerji var. Aynı zamanda bir ana üssü, bir frekansı ve bir zihniyeti olan bir yayın istasyonusunuz. Gün boyunca düşüncelerinizi algılama, yargılama ve bunlara tepki verme biçiminiz, sizi kendi realitenize dayandırır ve bu realitenin üzerinde yaratıldığı temeldir. Kendi realitenize tamamen aşina hale geldikçe, onu terk edebilirsiniz, çünkü kendi ev istasyonunuza aşina olduğunuzda adım atabileceğiniz pek çok realite vardır. Hayal

edebileceğinizden daha büyük bir kimliğiniz var; kim olduğunuzun zenginliğini daha da fazla deneyimlemek için mevcut kimliğinizin kilidini açabilirsiniz.

Bir radyo gibi olduğunuz için kadranı ayarlamayı ve istediğiniz bilgiyi almayı öğrenebilirsiniz. sen telepatiksin; her zaman mesaj alır ve gönderirsiniz. Bu kitapta, aldığınız mesajları nasıl kontrol edeceğinizi, duymak istediklerinizi seçmeyi ve almak istemediğiniz yayınları bırakmayı öğreneceksiniz. Diğer insanların enerjilerine nasıl uyumlanacağınızı, onlara nasıl yardım edeceğinizi ve onları iyileştireceğinizi ve daha büyük bir anlayış noktasından nasıl geleceğinizi öğreneceksiniz. Başarılı olmak istiyorsanız, diğer insanlarla aranızda daha fazla barış ve sevgi yaşamak istiyorsanız, daha yoğun enerjilerden daha ince enerjilere geçmek istiyorsanız, bunu yapmayı öğrenebilirsiniz. Başkalarından, uyumlanmak istemediğiniz düşünce ve duyguları belirlemeyi, yayınlarını kapatmayı ve bunun yerine evrenin daha yüksek enerjileriyle bağlantı kurmayı öğrenebilirsiniz.

Bu kitaptaki bilgi ve kavramlar, varlığınızın daha derin bir kısmına açılmanıza yardımcı olacak, bunun anısını ve zaten içinizde bulunan çok daha fazla bilgiyi tetikleyecek şekilde sunulmaktadır. Sözlerin ardındaki enerjimi deneyimleyebilirsiniz, bu içinizdeki gömülü bilgiyi ortaya çıkarmaya, uykuda olan parçalarınızı uyandırmaya yardımcı olacaktır. Kendinizin bu kısımlarıyla rüya halinizde sık sık karşılaşırsınız. Onları normal, uyanık bilincinize getirebilirsiniz.

Bir tür olarak insanlık, birçok yeni yeteneğe uyanıyor. Bu yetenekler, insanın evrimsel yolculuğunun bir parçasıdır. İnsan aurası - bedeni çevreleyen enerji - gelişiyor. Bu evrimle birlikte, eskiden görünmeyen, görünmeyen enerjiyi hissetme yeteneği gelir. O enerji artık tanınabilir, yorumlanabilir ve yönlendirilebilir; görünmeyen ve tanınmayan şey artık görünür ve bilinebilir.

Hızla gelişiyorsunuz ve insanın evrimsel yolculuğu ileriye doğru sıçramaya devam ediyor. Neandertal ve Cro-Magnon insanının günlerine dönüp baktığınızda bedenlerinizin değiştiğini

görebilirsiniz; enerjiyi algılama yeteneğiniz de kökten değişti. Beş duyumuz bile değişti. Örneğin, önceki insan bugün görebileceğiniz tüm renkleri görme yeteneğine sahip değildi.

Senin*enerji merkezleri açılıyor, önceden görünmeyen ve görünmeyen enerjilerin farkına varma ve bunlardan etkilenme yeteneğiniz artıyor.*

Bu yeni uyanmış duyuları nasıl kullanacağınızı öğrenebilirsiniz. Onlar zaten uyanıyorlar ve içinizde mevcutlar, yoksa bu bilgiye çağrılmazsınız. Ben, keşfetmeye başladığınız bu enerji alemlerinde daha önce seyahat etmiş biri olarak bir rehber olarak hareket ediyorum. Telepati, önsezi, yeni bilimsel icatlardan yararlanma yeteneği, henüz bilinmeyen bilgilerin keşfi ve evrensel bilinçle artan bağlantı gibi şeyler, evrim ilerledikçe norm haline gelecektir. İnsanın uyanışı, daha yüksek enerji alemlerinin farkındalığına yapılan bir yolculuktur. Daha önce sadece birkaç kişi için mümkün olan bir şeyi öğrenmek artık birçok kişi için mümkün. Eskiden geliştirmek için özel teknikler ve meditasyonda yıllarca eğitim alan farkındalık, artık birçok kişi için yıllarca özel hazırlık olmadan elde edilebilir. Evrimsel yolculuk, bilinci uyandırma yolculuğudur ve bu kursta, içinizde halihazırda mevcut olan uyanışı keşfetmenize, anlamanıza ve beslemenize yardımcı olacağım. Bu bilgilere ilgi duyuyorsanız, o zaman kesinlikle gizli yeteneklerinizi geliştiriyor ve deneyimliyorsunuz. Bunları, yüksek benliğinizden gelen ve yaşamınızda ani değişiklikler yaratan, günlük dünyanızda daha verimli çalışmak için kullanabilirsiniz.

Birçok*çok bilinçli, duyarlı çocuklar olarak büyüdünüz.*

Çoğunuz, genellikle açıklanamaz görünen ortamlarda, kim olduğunuza uymayan durumlarda büyüdünüz. Bazılarınız, sanki

diğer insanların sahip olmadığı ek bir farkındalık boyutuna sahipmişsiniz gibi, etrafınızdakilerden farklı hissettiniz. Birçoğunuz duygusal olarak hassas hissettiniz ve diğer insanları rahatsız etmeyen şeyler sizi büyük ölçüde etkilemiş gibi görünebilir. Çoğu zaman kendinizin ve diğer insanların ne olduğunu bilmiyordunuz. Telepatik ve duygusal olarak hassas olduğunuz için, diğer insanların hislerini ve duygularını almış ve bunların size ait olduğunu düşünmüş olabilirsiniz.

Çoğunuz nazik, sevecen ve duyarlısınız, kişisel gücünüzü hem kendinizi hem de başkalarını onurlandıracak şekilde geliştirmek istiyorsunuz. Birçoğunuz, çevrenizde bulduğunuz katılık veya olumsuzlukla nasıl başa çıkacağınızı anlamadığınız için acı dolu bir çocukluk geçirdiniz. Çoğu zaman kim olduğunuzla tanınmadınız - bu neşeli ruh bolluğunu yaymak için bir fırsat isteyen bir ışık ve sevgi varlığı. Bu yeni "altıncı hissi" geliştiren sizler, hızlı bir büyüme yolundasınız ve kendi benzersizliğinizi ve becerilerinizi keşfetmeye ihtiyacınız var.

Gibi*açarsanız, bilgelik geliştirmek, acıyı serbest bırakmak ve olumsuzluğun üzerine çıkmak önemlidir.*

Evrenin daha süptil ve görünmeyen enerjilerini algılamaya ve yorumlamaya başladığınızda, hangi enerjilerin sizin bir parçanız olmasına izin vereceğinizi ve hangilerini salıvereceğinizi bilme becerisini geliştireceksiniz. Size diğer insanların acısından ve olumsuzluğundan nasıl etkilenmeyeceğinizi, kendinizin ve başkalarının bunun üstesinden gelmesine nasıl yardım edeceğinizi ve yüksek benliğinize nasıl ulaşacağınızı ve onunla nasıl bağlantı kuracağınızı göstereceğim. Ne hissettiğinizin daha fazla farkına vardıkça, aynı zamanda yüksek benliğinizin ve evrenin daha yüksek alemlerinden size sunulan rehberliğin daha fazla farkına varma fırsatına sahip olursunuz.

Daha büyük bilincinize açılabilir, henüz keşfedilmemiş

boyutlara ve alemlere seyahat edebilir, kendinizi daha büyük ve genişletilmiş şekillerde görebilirsiniz. Gerçekte kim olduğunuzu görmeyi ve anlamayı öğrenebilir ve "Neden buradayım?" ve "Hayatın anlamı nedir?" Siz bu süptil enerjileri keşfederken ve onlara uyanırken, birçok kapı açılacak ve keşfetmeniz için birçok yeni dünya orada olacak.

Sizi daha büyük varlığınızı keşfetmeye, kim olduğunuzun ihtişamını bilmek için hassasiyetinizi kullanmaya davet ediyorum. Bana katıl. Evrenin daha yüksek alemlerine birlikte yolculuk ederken içsel rehberliğinizi ve yüksek benliğinizi keşfedin.

Aşkta ve ışıkta,
Orin

III

Algılama Enerjisi

Bunu okurken rahat bir pozisyonda oturun. Sahip olduğun her duyguyu kullan. Nefesinizi göğsünüzde, yüzünüzde, ağzınızda ve boğazınızda hissedin. Enerjiyi algılamak için pek çok yeteneğiniz var; sadece onlara dikkat etme meselesi. Bir an için odadaki ve dışındaki her sesi dinleyin. Koku alma, dokunma duyunuzun, vücudunuzdaki giysi hissinin, neyin üzerine oturduğunuzun farkına varın. Ağzınızdaki herhangi bir tada dikkat edin. Gözlerinizi kapatın ve bugün izlediğiniz her şeyi, sanki gördüğünüz her şey gittiğiniz bir filmdeymiş gibi düşünün. Bugün sinema perdenize hangi resimleri koydunuz?

Bu tanıdık duyuların yanı sıra, her zaman kullandığınız başka bir yeteneğiniz daha var - enerjiyi hissetme yeteneğiniz. Bilinçli olarak farkında olsanız da olmasanız da onu kullanırsınız. Hissettiğin enerjiye göre kararlar verirsin. Bugün gördüğünüz şeyleri düşünmek için gözlerinizi kapattığınızda, görselleştirme adı verilen bir süreç kullandınız. Zihninizde bir film oynattınız, olanları yeniden yaşadınız ve yeniden gördünüz. Aynı şekilde gözlerinizi kapatıp bir gülü düşünebilir, onun narin kokusunu duyduğunuzu hayal edebilir, rengini ve şeklini zihninizde canlandırabilirsiniz. Dilinizi çıkarıp tadına baktığınızı hayal edebilirsiniz. Bunların hepsi zihninizin içinde gerçekleşir. Enerjiyi hissetme yeteneği de aynı yerden gelir.

Her biriniz görselleştirme yeteneğine sahipsiniz, çünkü herkesin bir gülü hayal edebileceğine ya da hissedebileceğine inanıyorum. Bu, etrafınızda yaşadığınız enerjinin farkına varmak için kullanacağınız süreçtir. İnsanların olduğu bir odadaki duygusal enerjiyi hissetmeyi öğrenebilir, hangi kişinin kaygı, üzüntü veya neşe gibi hissettiren enerjiyi yaydığını seçebilirsiniz. Gözlerinizi kapatarak, sizi rahatsız eden enerjiye hassasiyetle odaklanarak ve zihninizle onun etkisini değiştirerek o enerjinin etkisini değiştirmeyi öğrenebilirsiniz. Gözlerinizi kapatıp bir gülü görselleştirebildiğiniz gibi, görselleştirme sürecini de insanları iyileştirmek ve sevmediğiniz ya da geliştirmek istediğiniz enerji üzerinde çalışmak için kullanabilirsiniz.

Görselleştirme süreci, enerjiyi negatiften pozitife dönüştürebilir.

Bu, içsel varlığınızın farkına varma sürecidir. İç göz dediğim şeye sahipsin. Enerjiyi hissetmek için iç gözlerinizi kullanacaksınız. İç vizyonunuz birçok farklı şekilde çalışabilir. Bazılarınız gülü hayal edebiliyor, bazılarınız ise sadece onu hissediyor. Her birinizin kendi enerji görselleştirme yönteminiz var; bunu hissetmenin tek bir doğru yolu yoktur.

Enerjiyi hissedebilmek için, kendinizin farkında olmanız ve zihinsel ve duygusal geçmişinizi temizleyebilmeniz gerekir. Ekranda çok sayıda pastel boya işareti bulunan bir film izlediyseniz, ekrandaki görüntü net değil karmakarışık olacaktır. Enerjiyi okumak için önce iç ekranınızı temizleyin. Bir an için gözlerinizi kapatın ve zihninizde berrak beyaz bir ekran olduğunu hayal edin. Enerjiyi hissetmeden önce yapmanız gereken basit bir egzersiz, derin bir nefes almak ve enerjinin ayaklarınızın altından başlayıp başınızın üstünden evrene çıktığını hayal etmektir. Sonra, evrenden gelen berrak bir ışığın yukarıdan aşağıya, kafanıza ve ayaklarınızın arasından çıktığını

hayal edin. Sıcaklığın tüm vücudunuza yayıldığını hayal edin. Kendinizi her yerde hafif ve özgür hissetmenize izin verin. Bu rahatlamak için bir egzersizdir, çünkü ancak gevşemiş olduğunuzda enerjiyi net bir şekilde hissedebilirsiniz. Herhangi bir biçimdeki gerilim, netliği gizler ve telepatik alımı engeller. Olumsuz duygular doğru bir resmi engelleyecektir. Aslında, enerjiyi hissetmeye başladığınızda herhangi bir negatif enerji hissediyorsanız, bu başkalarından size negatif enerji çekecektir. Bir rahatlama ve huzur durumu yaratarak kendinizi temizleyin. Beyaz ekrandaki görüntünüz ihtiyacınız olan ruh halini yaratacak ve derin nefes almak duygularınızı temizleyecektir. Bir rahatlama durumu yaratma alıştırması yapın. Bir saniyede yapabilirsin. Herhangi bir yere -otobüse, restorana, bakkala- enerjinin hoşunuza gitmediğini hissettiğiniz bir yere girerseniz, o enerjinin sizden hoşlanmayan tarafınızı harekete geçirmesine izin vermeyin. Bu senin üzerindeki etkisini artıracaktır. Herhangi bir biçimdeki gerilim, netliği gizler ve telepatik alımı engeller. Olumsuz duygular doğru bir resmi engelleyecektir. Aslında, enerjiyi hissetmeye başladığınızda herhangi bir negatif enerji hissediyorsanız, bu başkalarından size negatif enerji çekecektir. Bir rahatlama ve huzur durumu yaratarak kendinizi temizleyin. Beyaz ekrandaki görüntünüz ihtiyacınız olan ruh halini yaratacak ve derin nefes almak duygularınızı temizleyecektir. Bir rahatlama durumu yaratma alıştırması yapın. Bir saniyede yapabilirsin. Herhangi bir yere -otobüse, restorana, bakkala- enerjinin hoşunuza gitmediğini hissettiğiniz bir yere girerseniz, o enerjinin sizden hoşlanmayan tarafınızı harekete geçirmesine izin vermeyin. Bu senin üzerindeki etkisini artıracaktır. Herhangi bir biçimdeki gerilim, netliği gizler ve telepatik alımı engeller. Olumsuz duygular doğru bir resmi engelleyecektir. Aslında, enerjiyi hissetmeye başladığınızda herhangi bir negatif enerji hissediyorsanız, bu başkalarından size negatif enerji çekecektir. Bir rahatlama ve huzur durumu yaratarak kendinizi temizleyin. Beyaz ekrandaki görüntünüz ihtiyacınız olan ruh halini yaratacak

ve derin nefes almak duygularınızı temizleyecektir. Bir rahatlama durumu yaratma alıştırması yapın. Bir saniyede yapabilirsin. Herhangi bir yere -otobüse, restorana, bakkala- enerjinin hoşunuza gitmediğini hissettiğiniz bir yere girerseniz, o enerjinin sizden hoşlanmayan tarafınızı harekete geçirmesine izin vermeyin. Bu senin üzerindeki etkisini artıracaktır. Enerjiyi hissetmeye başladığınızda herhangi bir negatif enerji hissediyorsanız, bu başkalarından size negatif enerji çekecektir. Bir rahatlama ve huzur durumu yaratarak kendinizi temizleyin. Beyaz ekrandaki görüntünüz ihtiyacınız olan ruh halini yaratacak ve derin nefes almak duygularınızı temizleyecektir. Bir rahatlama durumu yaratma alıştırması yapın. Bir saniyede yapabilirsin. Herhangi bir yere -otobüse, restorana, bakkala- enerjinin hoşunuza gitmediğini hissettiğiniz bir yere girerseniz, o enerjinin sizden hoşlanmayan tarafınızı harekete geçirmesine izin vermeyin. Bu senin üzerindeki etkisini artıracaktır. Enerjiyi hissetmeye başladığınızda herhangi bir negatif enerji hissediyorsanız, bu başkalarından size negatif enerji çekecektir. Bir rahatlama ve huzur durumu yaratarak kendinizi temizleyin. Beyaz ekrandaki görüntünüz ihtiyacınız olan ruh halini yaratacak ve derin nefes almak duygularınızı temizleyecektir. Bir rahatlama durumu yaratma alıştırması yapın. Bir saniyede yapabilirsin. Herhangi bir yere -otobüse, restorana, bakkala- enerjinin hoşunuza gitmediğini hissettiğiniz bir yere girerseniz, o enerjinin sizden hoşlanmayan tarafınızı harekete geçirmesine izin vermeyin. Bu senin üzerindeki etkisini artıracaktır. Beyaz ekrandaki görüntünüz ihtiyacınız olan ruh halini yaratacak ve derin nefes almak duygularınızı temizleyecektir. Bir rahatlama durumu yaratma alıştırması yapın. Bir saniyede yapabilirsin. Herhangi bir yere -otobüse, restorana, bakkala- enerjinin hoşunuza gitmediğini hissettiğiniz bir yere girerseniz, o enerjinin sizden hoşlanmayan tarafınızı harekete geçirmesine izin vermeyin. Bu senin üzerindeki etkisini artıracaktır. Beyaz ekrandaki görüntünüz ihtiyacınız olan ruh halini yaratacak ve

derin nefes almak duygularınızı temizleyecektir. Bir rahatlama durumu yaratma alıştırması yapın. Bir saniyede yapabilirsin. Herhangi bir yere -otobüse, restorana, bakkala- enerjinin hoşunuza gitmediğini hissettiğiniz bir yere girerseniz, o enerjinin sizden hoşlanmayan tarafınızı harekete geçirmesine izin vermeyin. Bu senin üzerindeki etkisini artıracaktır.

Negatif enerjiyle karşılaştığınızda çoğunuz gerginsiniz. Bu daha da fazla negatif enerji çeker. Negatif enerjiden etkilenmemek için rahatlayın. Herhangi bir gevşeme süreci işe yarayacaktır. Ardından huzurlu bir duyguyu görselleştirin veya hayal edin. Hangi duyguları istediğinizi görselleştirerek, negatif enerji toplamazsınız.

Diyelim ki bir odaya girdiniz ve kızgın olduğunuz bir kişiyi düşünüyorsunuz ya da başka bir şeyin düşünceleri arasında kayboluyorsunuz. Şimdiki zamanda değilsiniz veya çevrenizin farkında değilsiniz. Düşüncelerinizle birlikte gelen duygular, çevrenizdeki insanlardan benzer duyguları çekecektir. Bir restorana girerseniz ve yaptığınız bir şey için kendinizi kötü hissediyorsanız, çok geçmeden kendinizi daha da kötü hissedersiniz. Sanki bir alıcı istasyonmuşsunuz gibi, odadaki aynı duygusal enerjiyi hisseden herkesle bağlantı kuracaksınız. Kesinlikle ve açıkça kendinize çekeceksiniz.

Öte yandan, isterseniz otobüslerde, restoranlarda veya herhangi bir yerde grup enerjisini daha yüksek düşünce veya duygu seviyelerine gitmek için kullanabilirsiniz. Harika düşüncelerle yürümeyi deneyin. Etrafınızdakilerin harika duygularıyla bağlantı kurmaya başlayacaksınız, bu da kendi iyi hissetme yeteneğinizi büyütecek. Ayrıca başkalarının iyi duygularını güçlendireceksiniz.

İçinde*her ev, içinde oturanların enerjileri ve düşünceleridir.*

İnsanların evinize girdiklerinde nasıl bir etkisi olur?

Evinizdeki çoğu ziyaretçi evinize pozitif enerji katar, çünkü çoğu insan sevdikleri ve hayran oldukları şeylere odaklanır. Ama eleştirel insanlar gelip "Bu ne kadar çirkin, bu ne kadar kötü" diye düşünürlerse, evinizdeki negatif enerjiye katkıda bulunurlar. Evinize ne tür insanları davet ettiğinizin farkında olun.

Etrafında yaşadığın her şey senin düşüncelerin ve enerjinle yüklü. Evinize her baktığınızda ve "Burası çok küçük, hoşuma gitmedi" diye düşündüğünüzde, o enerjiyi evinize gönderirsiniz. Düşmene yardım etmek için orada olacak. "Ne harika bir yerde yaşıyorum, bu yere sahip olduğum için ne kadar şanslıyım" dediğiniz her seferde, evinizi dostunuz ve müttefikiniz yaparsınız. Sonra kendinizi iyi hissetmediğiniz zamanlarda evinizde teselli ve rahatlık bulacaksınız. Bir şeyden nefret etmek sizi ona bağlar ve daha iyi bir yere taşınmak istiyorsanız, işe sahip olduklarınızı sevmekle başlayın.

Her gün ortaya çıkan o sıradan şeylerle uğraşırken nasıl tepki verdiğinizi izleyin. Bir ampul söndüğünde gerildiğinizde veya arabanız garip bir ses çıkardığında üzüldüğünüzde, manyetik bir güce dönüşen ve bir sonraki yanlış şeyi size çeken bir gerilim yaratırsınız. Vücudunuzdaki gerginlik veya huzursuzluk, size daha fazla sorun çeker. Arabanızda ilk kez garip bir ses duyduğunuzda rahatlar, kalbinize ve yüzünüze bir gülümseme yerleştirirseniz, gelecekte daha fazla negatif enerji yaratmaktan kaçınmış olursunuz. Oradaki sorunu halletmek zorunda kalmayacağınızı söylemiyorum ama yeni bir sorun yaratmaktan kendinizi alıkoymuş olacaksınız. Şimdiki zamana odaklanmayı öğrenin ve çevrenizin farkında olun.

Sen*evrenden sürekli olarak hangi yolu izlemeleri gerektiğine dair işaretler gönderiliyor.*

Sadece sizi olumsuz ya da olumlu etkileyebilecek enerji ile çevrili olmakla kalmıyor, aynı zamanda size her zaman rehberlik

gönderiliyor. Vermeniz gereken kararları almanıza yardımcı olacak mesajları okumayı ve yorumlamayı öğrenebilirsiniz. Enerjiyi algılamanın bir kısmı, etrafınızdaki mesajları duymayı öğrenmektir. Sevdiklerinizle, eşinizle, iş arkadaşlarınızla, patronlarınızla ya da çalışanlarınızla olan ilişkilerinizde telepatik mesajlar vardır. Onların enerjilerinin farkında olmanın birçok yolu vardır.

Düşünceleriniz enerjiyi algılamanın kapısıdır ve iç gözleriniz onu değiştirmek ve onunla çalışmak için araçlar sağlar. Size negatif enerjiyi nasıl iyileştireceğinizi, görselleştirme yeteneğinizi nasıl geliştireceğinizi ve insanlarla telepatik iletişim kuracağınızı, size ne söylediklerini ve mesajlarıyla nasıl çalışacağınızı öğreteceğim. İç görüntülerin dünyasıyla çalışacağız.

Her birinizin enerjiyi algılamanın farklı bir yolu var. Bazılarınız auraları renk olarak görüyor; diğerleri onları insanlar hakkında duygu veya düşünceler olarak görür. Bazılarınız enerjiyi hissettiğinizde ne yaptığınızın farkında değil ama sonradan fark ediyorsunuz. Enerjiyi doğru bir şekilde hissetmek için kendi benliğinizi susturmayı öğrenin, düşüncelerinizin, duygularınızın ve duygularınızın dışına çıkın ve izlenimleri okuyabilmek için boş bir ekran haline gelin. Kim olduğunuzu bilmeyi öğrenin. Tıpkı bir odadaki seslere başka hiçbir şeye dikkat edemediğiniz gibi, dikkatinizi orada bulunan telepatik ve görünmeyen enerjiye de verebilirsiniz.

Öncelikle, iç gözlerinizin nasıl çalıştığını öğrenmek isteyeceksiniz. Bir nesneyi tuttuğunuzda bir duygu, renk, kelime, görüntü hissediyor musunuz? Her biriniz farklı bir yöntem kullanıyorsunuz; kendi süreçlerinizi tanımayı öğrenin. Bazılarınız çok duygusallaşarak, bazılarınız zihinsel imgeler ve resimler yaratarak enerjiyi hissediyorsunuz. Bu hafta enerjiyi nasıl hissettiğinizi keşfedin ve ondan yaratmayı öğrenin. Farkında olmadan hissettiğiniz enerjiye tepki veriyor olabilirsiniz. Bunun bilinçli olarak farkına varmanıza yardımcı olmayı umuyorum.

Hepiniz, negatif enerjiyi fark ettiğiniz her an iyileştirme, insanların gelişmesine yardımcı olma, evinizdeki pozitif enerjiyi artırma ve kişisel ilişkilerinizin doğasını değiştirme yeteneğine sahipsiniz. Tamirciler veya katipler, iş arkadaşları veya amirler, garsonlar veya danışmanlar olsun, diğer insanların kötü ruh hallerinden etkilenmenize gerek yok. Tezgahtar, garson, tamirci ya da amir iseniz, gün boyu iletişim kurduğunuz insanların ruh halinden ya da davranışlarından etkilenmemeyi öğrenebilirsiniz. İnsanlar sizi üzebilir ve hayatınızı zorlaştırabilir veya size onları iyileştirme fırsatı verebilir. Bu hafta, ne zaman bir yere girseniz ve orada hissettiklerinizden hoşlanmadığınızı fark ederseniz, DURUN. Boş bir ekran haline gelin ve rahatlayın. Nasıl hissetmek istediğinizi düşünün ve kendinizi bu şekilde hissediyormuş gibi hayal etmeye başlayın.

OYUN KILAVUZU

1 | Sessizce oturun, zihninizi boşaltın ve boş bir ekran hayal edin. Bir gül düşün. Nasıl hayal ediyorsun? Dokunduğunuzu, kokladığınızı veya tattığınızı hayal edebiliyor musunuz?

2 | Oturduğunuz evi düşünün. Onun hakkında ne gibi düşünceleriniz var? Onu ne kadar sevdiğinize dair düşüncelerinizi gönderin.

3 | Rahatlama alıştırması yapın. Derin bir nefes alın ve sıcaklığın ve hafifliğin tüm vücudunuza yayıldığını hayal edin. Zihinsel olarak vücudunuzu gözden geçirin ve herhangi bir gerginlik alanını gözlemleyin. Bırakın o alanlar rahatlasın. Bugün en az iki kez daha gevşeme alıştırması yapın. Gerildiğinde vücudunuzun daha fazla farkına varıp varamayacağınıza bakın ve ardından bilinçli olarak

rahatlama yaratın.

Çevrenizdeki Görünmeyen Enerjiyi Anlamak ve Yölendirmek

Enerji her yerde var. Çevrenizdeki insanların yansıttığı düşünce ve duygular olarak var olur. Enerji dünyanın kendisinden gelir; toprak, ağaçlar ve hayvanların hepsi enerji yayar. Yeryüzündeki her yerin, her mahallenin, her topluluğun farklı bir enerjisi vardır. Yüksek rakımlar alçak rakımlardan farklı enerjiye sahiptir; şehirler küçük kasabalardan farklı enerjiye sahiptir. Evreninizde her şey canlıdır ve hissetmeyi öğrenebileceğiniz enerji yayar.

Siz muhteşem bir enerji algılama cihazısınız. Enerjiyi dokunma, görme, duyma, koklama, hisler, düşünceler ve fiziksel duyumlarla birçok şekilde hissedebilirsiniz. Evreni size çok şey katacak şekillerde hissedebilirsiniz.

değerli bilgiler, sadece pratik yaparak insanların enerjisini fiziksel, duygusal veya zihinsel düzeyde ayarlamak. Fiziksel olarak var olan veya olmayan herhangi birine uyum sağlamayı öğrenebilirsiniz. İnsanların düşünce resimlerini, içsel inançlarını ve hatta yardım çığlıklarını yakalayabilirsiniz. Bilin ki, insanların ruhlarının açığa vurmak istemediği alanlarda mahremiyetini ihlal edemezsiniz, ancak ruh, açığa vurmak istemediğini herkesten perdeleyebilir.

Eğer isterseniz, diğer insanların düşünce ve duygularından ve hatta gelecekteki olaylardan asla hayal etmediğiniz ölçüde haberdar olabilirsiniz. Bilgiyi yorumlamanıza ve kullanmanıza izin verecek şekilde çevrenizde olup bitenleri algılamak için, belirli tutum ve becerilere ihtiyacınız vardır ve bunların tümü, dikkat etmeye ve pratik yapmaya istekli olduğunuz takdirde kolayca öğrenilebilir.

Diğer insanların enerjisinin ne kadar çok farkına varırsanız, kendi içsel rehberliğinizin de o kadar çok farkına varabilirsiniz.

Enerjiyi ne kadar çok hissedebilirseniz, içsel rehberliğinizi ve yüksek bilgeliğinizi o kadar çok duyabilirsiniz. Bir sonraki adım, diğer insanların size ne gönderdiğinin, kendiniz için kurduğunuz geleceğin farkına varmak ve enerjinizin başkalarını nasıl etkilediğini görmeyi öğrenmektir.

Sürekli olarak diğer insanlara düşünce ve resimler gönderiyorsunuz. Yaşadığınız gerçekliği farkındalıkla yaratmak istiyorsanız, gönderdiğiniz görüntülerin bilinçli olarak farkına varmanız önemlidir. Hayal gücünüzle kendinize şifalı görüntüler gönderebilir, şifalı görüntüler göndererek başkalarına şifa verebilirsiniz.

Enerjiyi hissetmek için geliştirilecek ilk beceri, dikkat etme yeteneğidir. Sessiz kalarak başkalarını nasıl gözlemleyeceğinizi öğrenin. Arkanıza yaslanıp izlemenin nasıl bir şey olduğunu bilirsiniz. Hakkında daha fazla bilgi edinmek istediğiniz herhangi bir alanı gözlemleyerek başlayın. Bir şey hakkında dikkatlice düşündüğünüzde, konu hakkında rehberlik, fikir ve yeni düşünceler almaya başlayacaksınız.

Durup dikkatinizi verdikten sonra, bir sonraki adım kendinize güvenmek ve aldığınız bilgilere güvenmek olacaktır. Geleceğinize veya diğer insanlara uyum sağlamaya ilk başladığınızda, aldığınız şeyden şüphe edebilir ve onu uydurup uydurmadığınızı merak edebilirsiniz. Şüphe, devam etmenizi engellemediği sürece, sizi hissettiklerinizde daha doğru ve kesin olmaya zorluyorsa, bir arkadaş olabilir. Hissettiklerinize inanarak başlayın.

Sessizce oturup hayatınızın belirli bir alanında sizi neyin beklediğini sorarken, vermek istediğiniz bir kararı veya hakkında daha fazla bilgi edinmek istediğiniz bir yolu düşünürken, size bilgi kırıntıları gelmeye başlayacak. Geleceği bilme niyetiniz, zihninizi o gelecek zamana gönderir ve size verileri geri getirir. Bazen bilgi, neşe veya rahatsızlık hissi gibi belirsiz bir his olarak gelir. Yaşayacaklarınıza dair beklenti içinde olmayın. İlk girişimlerinizi yargılamak değil, herhangi bir izlenimin gelmesine izin vermek de önemlidir.

Yaratıcılığın akışını açan bir yazar, yargılamayı geçici olarak askıya almalıdır. Herhangi bir yaratıcı kişi, yeni bilgilerin geldiği süre boyunca yargılayıcı, kritik kısmını askıya almalıdır. Daha sonra, bu kısım bilgilerin rafine edilmesinde değerli olacaktır, ancak başlangıçta açık kalması daha iyidir. Aynı şekilde, izlenimleri ilk almaya başladığınızda muhakemenizi askıya alın. "Bu doğru mu yoksa bu yanlış mı?" diye sorarak eleştirel olmayın. Bunu sadece ben mi uyduruyorum?" çünkü bu, izlenimlerin içeri girmesini durduracaktır. İzlenimlerin akmaya devam etmesine izin verin. Sonradan derin geliyor.İzlenimlerinizi yazmazsanız unutursunuz.İzlenimlerinizi

kaydettiğinizde geri bildirim alırsınız.

Geribildirim, realitenizin çok önemli bir parçasıdır. Sizin dünyanızda eylemler tepkiler yaratır ve eylemlerinizin hangi tepkilere yol açtığını gözlemleyebilmeniz önemlidir. Enerjiye uyumlanıyorsanız ve verileri, duyguları ve düşünceleri geri almaya başlıyorsanız, bunları kaydedin. Bundan birkaç ay sonra, muhtemelen bu izlenimlerin kararlarınızla nasıl bağlantılı olduğunu ve gerçekte ne olduğunu görünce şaşıracaksınız. Farkındalığınızı açmanın iyi bir yolu.

Sen*kalbinizin açık ve sevgi dolu olduğu ölçüde enerjiyi hissedebilirsiniz.*

Başkalarına uyum sağlarken, kalbinizi açın ve onları eleştiri değil, sevgi düşüncesiyle kucaklayın. Sevgisiz, eleştirel bir kişinin birinin enerjisine uyum sağladığını hayal edin. Diğer kişi herhangi bir bilgiyi ifşa etmek için (bilinçaltında veya enerji düzeyinde bile olsa) açılmayacaktır, çünkü o kritik enerji bir müdahale gibi hissedecektir. O zaman bilgi arayan nazik, ilgili ve sevgi dolu bir ruh hayal edin. Diğer kişi kendini o sıcaklığa açar ve o sevginin tadını çıkarırdı. Enerjiyi hissetmeye başladığınızda, sadece başkalarındaki acıyı ve kafa karışıklığını değil, aynı zamanda sizinkine uymayan farklı gerçeklik sistemlerini de keşfedeceksiniz. İnsanlara şefkat ve hoşgörü ile yaklaşırsanız çok daha faydalı veriler toplayabiliyorsunuz. Pek çok insan enerjinin çok farkındadır ve yine de bilinen gerçekliklerine uymayan bir şey hissettiklerinde, hayat olduğuna inandıkları gibi, onu ayarlıyorlar. Onların enerjisini doğru algılamak istiyorsanız, birçok insanın sizden farklı düşündüğünü ve farklı şeylere inandığını, onları yanıltmadan görmeye istekli olmanız gerekecek.

Hoşgörü, birçok farklı bakış açısını kabul edebileceğiniz ve insanları oldukları gibi sevebileceğiniz anlamına gelir. Hoşgörülü olmaya istekliysen, muazzam bir maceraya

atılabilirsin. Her insanın dünyaya benzersiz bir bakış açısı vardır. Tanıdığınız ve tanıştığınız herkeste neyin benzersiz, özgür, açık ve sevgi dolu olduğunu keşfedebilirseniz, kendinizin daha özgür, açık ve sevgi dolu olabileceğiniz yeni yollar keşfedeceksiniz. İnsanların dünyayı algılama biçimlerini keşfetmek büyüleyici. Birçok inanca açıldıkça, kendiniz daha akışkan ve daha az katı hale geleceksiniz. Kendinizi hafifletmek için esnek olun ve arzu ettiğiniz sonuçlara uygun olan bakış açılarını benimseyin. Çoğu insan kendi varlığı içinde sabittir. Onlara dünyanın belirli bir şekilde işlediği öğretildi ve onlar onu böyle görüyorlar. Bu katılık, onlara giderek daha az özgürlük ve seçim alanı bırakıyor. Belirli çıkmazlara saplanıp kalmış insanlar gördünüz. Hayatları onlar için çalışmasa bile değişmek istemiyorlar.

Bu insanlar diğer insanların enerjisinden çok habersiz olabilirler. Dünyadaki her şeyi kendilerinin etkilediği gibi değil, kendilerini etkilediği gibi görürler. Dünyaya sanki kendi etraflarında dönüyormuş gibi bakarlar. Dünyayı bu şekilde gördükleri için, genellikle istedikleri sonuçları elde etmek için bir şeyleri değiştirme konusunda kendilerini güçsüz hissederler. Kendilerini evrenin merkezi sandıkları için, genellikle diğer insanların duygularından ve davranış ve eylemleriyle ne tür tepkiler oluşturduklarından habersizdirler. Enerjiyi içeri yönlendirmek istiyorsanız

Yaşadığınız dünyayı net bir şekilde görmek istiyorsanız, hayatı sizinkinden oldukça farklı olabilecek diğer insanların bakış açılarından görmeye istekli olmanız gerekecektir. Bunu yaparken, keşif, aşk ve macera duygularını koruyarak açık ve yargılayıcı olmayın.

Senin*hayal gücü en güçlü enerji algılama aracıdır.*

Enerjiyi hissetmek için kullanabileceğiniz bir başka yetenek de hayal gücünüzdür. Size bir şeyler yaratmanız için bir hayal gücü verildi. İnanç yapılarıyla sınırsız, en güçlü enerji algılama cihazlarınızdan biridir. Hayal ettiğiniz gibi, daha yüksek ve daha

ince enerjilerle de bağlantı kurarsınız. Hayal gücü zaman ve mekana bağlı değildir; fiziksel bedeninize bağlı değildir. Bir şeyler uydurduğunuzda, genellikle bunu bir neşe duygusuyla yapar ve rahatlamış bir halde oynarsınız. Bu oldukça sezgisel bir durumdur.

Hayal gücü korku yaratmak için de kullanılabilir, örneğin sevdiğini başka bir sevgiliyle hayal etmek, işini kaybetme endişesi ya da birinin hastalığına yakalanmaktan korkmak; ama hangi eylemi yapacağınızı biliyormuş gibi yapmak veya sizi seven insanların resimlerini oluşturmak veya kendinizi sağlıklı ve iyi hayal etmek için hayal gücünüzü kullanmak daha iyidir. Oyunculuğun daha hafif enerjisinden geldiğinizde, sonucun etrafında daha az ağırlık veya ciddiyet olduğunda, genellikle ne hissettiğinizde daha doğru olursunuz. Enerjiyi hissetmek istiyorsanız, sessizce oturun ve hissedebiliyormuş gibi yapın. Bir şeyi nasıl yapacağınızı bilmiyorsanız, biliyormuş gibi yapın, çünkü bilinçaltınız rol yapmak ile gerçekten olan arasındaki farkı bilmez. Bilinçaltı, gerçekmiş gibi yaptığınız her şeyi kabul eder ve onu dışsal realitenizi yaratmak için kullanır. İnsanlara "hedefinizi kendinize çekmelerini" söylüyorum ve bana nasıl yapacaklarını bilmediklerini söylüyorlar. Onlara nasıl yapılacağını biliyormuş gibi yapmalarını söylüyorum ve işe yarıyor.

Otururken, birinin ne düşündüğünü biliyormuş gibi yapın. Hangi kararı vereceğinizi bildiğinizi hayal edin. Yaratıcı fikirleri çekmek ve olası sonuçları enerjiyi algılamak ve geleceğe yolculuk yapmak için araçlar olarak hayal etmek için yeteneklerinizi kullanın.

Odaklanma zamanı hızlandırır ve enerjiyi yönlendirir.

Odaklama, bir tepe ışığına kıyasla bir lazer ışınına sahip olmak gibidir. Enerjiyi hissetmek için odaklanma ve

konsantrasyon yeteneklerinizi kullanın. Odaklanma, diğerlerini dışlayarak bir fikre konsantre olma yeteneğidir. Bilgi bulmak istiyorsanız, ona odaklanmak önemlidir. Üzerine koyduğunuz odaklanma derecesi, aradığınız bilgiyi ne kadar hızlı elde edeceğinizi belirleyecektir. Odaklanma sizi doğrudan aradığınız şeye götürür. Bir şeye konsantre olurken, diğer her şeyi bir kenara bırakarak onu düşünürken, zihninize bir lazer ışını gibi yön veriyorsunuz. Zihniniz bu şekilde yönlendirildiğinde, evrendeki diğer enerjilerden etkilenmezsiniz; bu anlamda korunursunuz ve neye odaklandığınız netleşir. Odaklanmanın, geleceğe, başka bir kişiye, hakkında yanıt almak istediğiniz şeye giden bir enerji ışını gibi olduğunu hayal edin. ve o alanı aydınlatır. Sizden çıkan ve bir telgraf teli gibi enerji ve bilginin geri gelmesi için bir yol oluşturan bir enerji ışını gibidir. Farkına varmak istediğin bir şey varsa ona odaklan, çünkü dikkatini neye çevirirsen onu yaratırsın.

Enerjinin farkına vardıkça, onun sizi şarj edip etmediğini veya tüketip tüketmediğini belirlemek isteyeceksiniz. Enerjinizi izleyerek bunu belirleme yeteneğine sahipsiniz. Belirli bir duruma dikkatinizi veriyorsanız ve bitkin hissediyorsanız, gerçeği bilme ve hissetme yeteneğinizi kabul edin. Herhangi bir duruma dahil olursanız, bunun sizi tüketip tüketmediğini veya suçlanıp yüklenmediğinizi bilirsiniz. Sizi suçlayan şeylerin daha da fazla farkına varın, çünkü dikkatinizi nereye çevirirseniz aynı şeyleri daha fazla çekmeye başlarsınız.

Eğer*zor durumdasın yayın sevgiler.*
Aşk sizi iyileştirir ve korur.

Sizi suçlayan durumların, insanların veya düşüncelerin, olumlu bir çerçevede işleyen, büyümenizi teşvik eden ve kalbinizi genişleten şeyler olduğuna dikkat edin. Hayat enerji,

farkındalık ve sevgi arar. Her durum size kim olduğunuz hakkında daha çok şey öğretir. Zor bir durumdaysanız, sizi sıkıntıya sokan veya enerjinizi tüketen bir durumdaysanız, sevgi yayını yapmaya başlayın, çünkü sevgi yayını tükenmemenize yardımcı olacaktır. Aşk dışarı çıktıkça, göndereni korur ve her türlü enerji boşalmasını durdurur.

Enerjiyi hissetmeden önce kendinizi dengeleyin ve merkezleyin. Bu, vücudunuzu rahat, sakin bir duruma sokmak ve duygularınızı susturmak anlamına gelir. Kendini izleme tekniklerini öğrenmeniz gerekecek. Zihninizi başkalarına gönderirken, nabzınızın yükselip yükselmediğini, gergin olup olmadığınızı, vücudunuzun değişip değişmediğini fark edin. Bunların hepsi, enerjiyi hissetmenizin yollarıdır. Başka bir kişiyle bağlantı kurduğunuzda, aklınızdan neler geçtiğini fark edin, çünkü kendinizi ne kadar yakından izleyebilirseniz, o kadar çok veri ve bilgi toplayabilirsiniz. Birini düşünürken birdenbire kendinizi mali durumunuzla ilgili endişeler içinde bulursanız, onu düşünmeden önce mali kaygılarınız yoksa, o kişinin endişelerini de anlamış olursunuz.

Geleceğe bakmaya, bir şeyin sonucunu görmeye çalışıyorsanız, bilgi genellikle zihniniz aracılığıyla değil, bedeniniz aracılığıyla geri gelir. Bir yola karar vermeye çalışıyor olabilirsiniz ve bir seçeneği düşündüğünüzde nefesinizin sığlaştığını, vücudunuzun bir şekilde kapandığını ve midenizde bir rahatsızlık hissettiğinizi fark edersiniz. Bunlar, size bu yolu anlatan, sezdiğiniz gelecekten gelen işaretlerdir. Belirli bir yolu düşündüğünüzde, içiniz ağırlaşırsa, bedeniniz size bunu yapmanın daha iyi bir yolu olduğunu söylüyordur. Hafif ve neşeli bir his hissedene kadar yapmayı düşündüğünüz şeyleri biraz değiştirerek olası gelecekleri hayal etmeye devam edin. Hiçbiri size hafif bir his vermiyorsa, yeni alternatifler deneyin. Kendinizi izlemeyi öğrenin, çünkü siz enerji algılayan bir cihazsınız ve kendinizi izlerken,

Aldığınız şeyi yorumlamak bir sonraki adımdır. Tüm bilgileri getirdikten, hatta kaydettikten sonra, oturun ve okuyun veya

gözden geçirin. Pek çok şüphenin ortaya çıktığını görebilirsiniz; Şu anda sizi durdurmalarına izin vermemeniz önemlidir. Onlara teşekkür et ve gitmelerine izin ver. Etrafınızdaki enerjiyi okuma yeteneklerinize açıldıkça, içinizde hissettiklerinize inanmayan bir ses olduğunu keşfedebilirsiniz. Bu neredeyse herkes için doğrudur, bu yüzden böyle olduğunu keşfederseniz kendinizi suçlamayın. Kalbiniz açık olduğu sürece, egodan, kişisel kazançtan, manipülasyondan ya da yüksek olmadığını bildiğiniz herhangi bir enerjiden gelmediğiniz sürece, hissettiklerinize güvenebilirsiniz. Bazen topladığınız bilgiler egoya hizmet ediyormuş gibi görünebilir. Eğer öyleyse, hem zihninizi hem de enerjiyi algılama yeteneğinizi kullanarak onu yakından incelemelisiniz. Bu, olmasını istediğiniz bir şeyse ve duygusal olarak çok ilgiliyseniz, net bir şekilde algılama yeteneğiniz bozulabilir. En net bilgi, duygular sakin olduğunda, hiçbir kişisel çıkar olmadığında ve siz sadece bir başkasına yardım etmek veya yardım etmek için bilgi aradığınızda gelir. Bununla birlikte, pratik yaptıkça, bir konu hakkında duygusal hissediyor olsanız bile, kendinizle ilgili değerli bilgiler edinebilirsiniz.

Başı belada olan bir arkadaşın olduğunu söyle. Bir gün sessizce oturuyorsunuz, bahsettiğim tüm teknikleri uyguluyorsunuz, arkadaşınızın enerjisini hissediyorsunuz. Hayata onun gözünden bakmaya başlarsınız. İşe yaramayan bazı inançların olduğunu ve içinizde acı olduğunu görürsünüz. Bunu herhangi bir yargılamadan, yalnızca büyük bir sevgi ve ilgi duygusuyla görüyorsunuz. Bu enerjiyi hissettiğinizde, sizin için kişisel bir kazanç yoktur, manipülasyon duygusu yoktur, yalnızca gerçek ve yakıcı bir yardım etme arzusu vardır. Gelen bilgiye güvenin. Yüksek benliğinizin sizinle olmasını ve evrenin yüksek güçlerinin size yardım etmesini isteyin. O yüksek bilgi için kanal olmanızı ve size gelen bilgiye açık olmanızı isteyin. Amacınız ve niyetiniz, kendi yaşamınızda ve başkalarının yaşamında daha fazla ışık yaratmaksa, o zaman aldığınız şey bunu yapmanıza yardımcı olacaktır. Bu şekilde, kalpten, hizmet anlayışıyla hareket ederseniz, enerjiyi hissetme yeteneğiniz hızla

artar ve size açılmayan kapı kalmaz.

Harcamak*ne istemediğinizden çok ne istediğinizi düşünme zamanı.*

İstediğiniz şeyin resimlerini göndermek için ne kadar az zaman harcarsanız, alanınız diğer insanların ne yapmanızı istediklerine dair vizyonlarıyla veya eski kalıplarınızdan gelen daha düşük veya daha az gelişmiş görüntülerle o kadar çok dolacaktır. İstediğin şeye sahip olmak yerine o resimleri yaşıyor olacaksın. İmgeler dünyası, fiziksel dünyanızdaki gücün kaynağıdır. İstediğinizi hayal etmek, gerçek şeyi yapmadan önce bir model oluşturmak gibidir. Görüntüler vücudunuzdaki enerjiyi yönlendirir. Hayatınızda çözülmesini istediğiniz bir durum varsa, her zaman size yardımcı olacak görseller ve semboller isteyebilirsiniz. Çoğu zaman, örneğin rüyalarınız aracılığıyla görüntü ve resimler aldığınızda, mantıklı açıklamalar bulmak ve sembollerin anlamlarını bilmek istersiniz. Onlar tarafından iyileştirilmek için ne anlama geldiklerini bilmek gerekli değildir.

Diğer insanlara semboller ve resimler göndererek onları iyileştirebilirsiniz. Bir durumu kelimelerle iyileştirebildiğiniz kadar kolay bir şekilde tasavvur ederek ve sembolize ederek iyileştirebilirsiniz. Semboller aslında kelimelerden daha doğrudan ve daha iyileştiricidir, çünkü onlar sizin inanç sistemlerinizle bağlantılı değildir. Şu anda hayatınızdaki bir durumu, yanıtını isteyeceğiniz bir şeyi düşünün ve iyileştirici bir görüntü isteyin. Olaya karışan diğer kişinin veya tüm durumun bir görüntüsünü alıp alamayacağınıza bakın. Hayatınızda size sorun çıkaran, zamanınızı ve enerjinizi tüketen biri varsa, onu sembolik olarak görmeye çalışın. Size bir koçbaşıyla geliyormuş gibi görünebilir ve kendinizi sürekli olarak onun gücüne boyun eğen bir duvar olarak görebilirsiniz. Sembolleri değiştirerek ve iyileştirerek durumla çalışabilirsiniz, belki de koçbaşının küçük bir karton parçasına dönüştüğünü ve duvarınızın lastik gibi

esnekleştiğini hayal ediyorsunuz. Sembollerle oynayarak kesinlikle enerjiyi değiştirebilir ve bu şekilde her türlü durumu iyileştirebilirsiniz.

Gezegeni çevreleyen enerji akımları var ve onları istediğiniz zaman kullanabilirsiniz. Fiziksel enerji istiyorsanız, derin nefes alabilir ve canlılık bolluğuna sahip tüm insanların akışına bağlı olduğunuzu hayal edebilirsiniz. Herhangi bir zamanda belirli fikirlere odaklanan milyonlarca insan vardır. Birkaç isim vermek gerekirse fotoğrafçılar, yazarlar, meditasyon yapanlar, ruhani insanlar var ve onların enerji yayınlarını artırmak veya istediğiniz her şeyi kendinize getirmek için kullanabilirsiniz. Sadece gözlerinizi kapatın ve (sadece hayal gücünüzle bile olsa) sizinle aynı şeyi yapan tüm insanlara uyum sağlayın. Yüksek, başarılı enerji akışlarına uyum sağlayın. Nefesiniz aracılığıyla, diğer insanlarla küresel bağlantınızı veya evrenin daha yüksek güçlerinden gelen yardım ve rehberliği çekebilirsiniz.

İstediğin herhangi bir enerji dünyada var. Daha fazla sevgi istiyorsanız, gezegeni çevreleyen orada olan sevgiyi içinize çekebilirsiniz. Er ya da geç fiziksel realitenizde orada olacaktır. Bir proje üzerinde çalışıyorsanız ve onu tamamlamakta zorluk çekiyorsanız, projelerini başarıyla tamamlayan tüm insanlara kulak verebilirsiniz. Yaptığınız her şeyde iyileştirici bir etki olabilirsiniz. Kendinizi ve başkalarını geliştirmek için enerjiyi algılama ve ayarlama yeteneğinizi kullanın; hızla gelişmenize yardımcı olacak, geliştirebileceğiniz bir beceridir.

OYUN KILAVUZU

1 | Tanıdığınız bir kişiyi alın ve o kişinin hayatını gördüğü şekliyle anlatın.

2 | Bu kişinin büyümesine nasıl yardım edebilir ve onu destekleyebilirsiniz? Ona yardım etmek için neler yapabileceğinizi zihninizde canlandırın.

3 | Hayatında geleceğini bilmek istediğin bir durumu ele alalım. Şimdi beş yıl sonra olduğunuzu ve bugüne baktığınızı farz edin. Bu benlik sana olacaklar hakkında ne söylemek zorunda? Hayal gücünüzü serbest bırakın ve bununla eğlenin. Ne olacağını uydur. (Bunu daha sonra bakmak için bir yerde saklamak isteyebilirsiniz.)

IV

Başkalarında Enerji Algılama

Çoğunuz, benlik duygunuzu koruma ve size uymayan kitle veya grup düşüncesinden uzak durma becerisini geliştiriyorsunuz. Enerji bir akım gibidir. Genellikle etrafınızda akar ve yanınızdan geçer. Nasıl tepki vermeyi seçtiğinize ve ne kadar farkında olduğunuza bağlı olarak, etrafta dolaşan, sizi etkileyen veya etkilemeyen bir aroma olarak düşünülebilir. Kendinizin ne kadar farkında olursanız, dış etkiler sizi o kadar az etkileyebilir. Kendinizin ne kadar az farkında olursanız ve kim olduğunuza ne kadar az bilinçli dikkat verirseniz, enerji sizi o kadar çok etkileyebilir.

Hepiniz bir dereceye kadar duygu ve düşüncelerinizin farkındasınız. Kendinizi ne zaman mutlu veya depresif hissettiğinizi kesinlikle bilirsiniz; Düşüncelerinizin olumlu mu olumsuz mu olduğunu bilirsiniz. Daha derine inmeyi, enerjinin ince akımlarının ve akışlarının ve bunların sizi nasıl etkilediğinin farkına varmayı öğrenebilirsiniz. Çevrenizdeki enerjinin bir gözlemcisi haline gelebilir, ona tepki vermek yerine onu yönlendirebilirsiniz.

Bir an için, gününüzü düşünün. Bugün hangi duyguları yaşadın? Çeşitli insanlarla birlikteyken nasıl hissettiğini hatırlıyor musun? Muhtemelen yüksek, mutlu, olumlu düşünce ve deneyimlerden öfke, hayal kırıklığı, kaygı veya depresyon duygularına kadar birçok farklı duyguyu deneyimlediniz. Duygularından bazıları birlikte olduğun insanlara verdiğin tepkilerdi.

İnsanlar sürekli olarak enerjilerini yayınlarlar. İnsanların kendi kişisel vücut kimyaları olduğu gibi, kendilerine özgü enerji yayınları da vardır. Enerji bir koda eşitlenebilir. Birbirine benzeyen iki kar tanesi olmadığı gibi, birbirine benzeyen iki kod da yoktur. Birlikte olduğunuz her insan sizi biraz farklı etkiler.

Belirli bir kişiyle birlikteyken vücudunuzun farkına varın. Kambur musun yoksa düz müsün? Kollarınız önünüzde mi bağlı, yoksa kollarınız arkanızda, kalbinizi açık mı bırakıyor? Omuzlarınız geride mi yoksa önde mi? Belden öne mi yoksa geriye mi eğiliyorsunuz, yoksa düz mü aşağı yukarı mı? Vücudunuz, insanlara nasıl davrandığınız konusunda size her zaman ipuçları verecektir.

Bedeninizin, düşüncelerinizin ve duygularınızın farkında olmak, diğer insanların üzerinizdeki etkisini keşfetmenizi sağlar.

Yarın veya gelecek hafta, temasa geçtiğiniz her insanla nasıl hissettiğinize dikkat edin. Duygularınıza dikkat edin. Size neler olduğuna daha derinlemesine bakana kadar onlardan etkileniyormuş gibi hissetmeyebilirsiniz. Bir kişiyle birlikteyken, on dakika önce para konusunda kendinizi iyi hissetmenize rağmen, birdenbire mali konularda endişelenmeye başlayabilirsiniz. Onun enerjisini kendinize getirdiniz.

Öne doğru eğilirseniz, enerjinizi dağıtır ve diğer insanların alanını zorlamaya çalışırsınız. Arkanıza yaslanıyorsanız, onların

enerjisinden kaçıyorsunuz ve onlar da size çok güçlü bir şekilde geliyorlar. Dik otururken veya ayakta dururken, omuzlarınız dik konumdayken, gücünüzün en yüksek noktasındasınız, çünkü bu kesinlikle etrafınızdaki enerjiyi kontrol etmenize izin veren bir denge ve merkezleme konumudur. Her iki ayağınız da yerde düz bir şekilde, vücudunuz ritmik bir şekilde nefes alırken ve omuzlarınız dikken, yüksek benliğinizi ortaya çıkarabilirsiniz.

Ayrıca düşüncelerinize bakarak insanların üzerinizdeki etkisinin daha fazla farkına varacaksınız. Çeşitli insanların yanındayken hangi konuları düşünmeye başladığınızın farkında olun. Bir kişiyle birlikteyken kendinizi sürekli olarak aşkı, dönüşümü ve evrenin güzelliğini düşünürken bulabilirsiniz. Bir başkasıyla birlikteyken, kendinizi işlerin ne kadar zor olduğunu, hayatınızın ne kadar zor olduğunu, önünüzde ne kadar çok iş olduğunu düşünürken bulabilirsiniz. İnsanlarla birlikteyken ve yalnız zaman geçirirken düşüncelerinizi izleyin. Yalnızken nasıl düşündüğünüzü bilmiyorsanız, diğer insanların düşünceleriniz üzerindeki etkisini fark edemezsiniz.

Başkalarının da duygularınız üzerindeki etkisine dikkat edin. Aniden yorgun, mutlu ve enerji yüklü, bitkin, depresif, endişeli veya kızgın hissedebilirsiniz. Farklılıklara dikkat edin. İnsanlarla olan bağlantılarınız tarafından nasıl boşaltılmayacağınızı, ancak etkinleştirileceğini ve şarj edileceğini öğrenin. İlk adım, çok ince bir şekilde bile olsa, birinin varlığının sizi bitkin bıraktığının farkına varmaktır. Çoğunuz, insanlar tarafından tükendiğinizi hissettiğinizde kendinizi yanılıyorsunuz. "Onları memnun etmek için yeterince uğraşmıyorum" diyorsunuz. Veya "Belki de doğru şeyi söylemedim." "Belki anlatmak istediğimi anlayamadım." "Belki yeterince iyi ya da yeterince sevgi dolu değildim." Daha sonra hatalı olabileceğiniz yolları ararsınız ve diğer kişiyi memnun etmek için çabalarınızı artırırsınız.

Yapmak*karşındakini veya kendini yanlış yapma.*

Kendinizi yanlış veya eksik görüyorsanız, şifa verici bir bağlantınız olamaz. Bir ilişki hakkında kötü hissediyorsanız, kendinize "Olduğum halimle mükemmelim" deyin. O zaman kendi içinde daha derine in. O kişiyle konuşurken enerjinizi izleyin. Duygularınızın, düşüncelerinizin ve bedeninizin farkında olun. Kendinizi sürekli kontrol edin ve "Kendimi iyi hissediyor muyum? Kendimi iyi mi hissediyorum yoksa yetersiz mi hissediyorum?" Kendin hakkında kötü hissetmene neden olan birinin yanında olman için kesinlikle hiçbir sebep yok.

Bir durumun enerji dinamiklerine ilişkin farkındalığınızı derinleştirdikçe, etkileşimden size kendiniz hakkında daha fazla bilgi verecek mesajlar alabilirsiniz. Örneğin, birisiyle konuştuğunuzu varsayalım ve görünüşe göre o sadece kendisi hakkında konuşmak istiyor ve sizin hakkınızda bir şey duymak istemiyor. Kendini değersiz ve kızgın hissediyorsun ya da belki sana değer vermediğini hissediyorsun. Kendinize baktığınızda, duygularınızı dinlemediğinizi veya değer vermediğinizi veya dikkat etmediğiniz birçok içsel mesajınız olduğunu fark edebilirsiniz. Her etkileşim size kendiniz hakkında bir şeyler söyleyebilir. Kendi içinizdeki dramayı iyileştirip değiştirdikçe, artık bu tür etkileşimleri çekmediğinizi göreceksiniz.

İyileşmeye dahil olmadıkça, enerjinizi tüketmek veya kullanmak isteyen kimsenin yanına kendinizi koymayın. İnsanları iyileştirdiğinizde, enerjiyi yönlendirirsiniz ve sizi tükenmiş hissettiremezler. (Enerjilerini almadıkça veya iyileşmenize direnmiyorlarsa.) Kendinizi değersiz, sevilmemiş veya değersiz hissedeceğiniz bir duruma sokmanız için hiçbir neden yok.

Neden gün boyunca, mağaza görevlileri, müşteriler veya telefon görüşmeleri gibi önemsiz durumlarda bile değerinizin azaldığını hissettirdiğiniz durumlarda bulunmanıza izin

veriyorsunuz? Çoğunuzun, çevrenizde kimlerin olacağını seçme hakkınız olmadığına dair kendi kültürünüzden edindiğiniz bir inanç yüzündendir. Zamanınızı ve enerjinizi başkalarına borçlu olduğunuzu veya hayatınızın bir parçası olmak istiyorlarsa onlara ilgi göstermek zorunda olduğunuzu hissedebilirsiniz. Bazılarınız herkese karşı sevgi dolu, destekleyici ve şefkatli olmanız gerektiğine inanıyor. Birini sevmek, onun duygularını kendinizinkinden daha önemli kılmak anlamına gelmez. Yüksek düzeyde evrimleşmiş varlıkların yaşamlarını incelerseniz, açık sözlü olmak ve küçük davranışlara müsamaha göstermemek de dahil olmak üzere, başkalarına karşı sevgi dolu olmanın birçok yolu olduğunu göreceksiniz, ancak açık sözlü konuşmak şefkat ve sevgi ile yapılıyor.

Yüksek amacınıza bağlı olmak ve kendinizi sevmek birinci önceliktir. Günlük temaslarınızda, zamanınızı veya enerjinizi kimseye borçlu olmadığınızı bilin. Bunlar size verilmiş en büyük hediyelerdir ve onları nasıl kullandığınız bu yaşamda ne kadar gelişeceğinizi belirleyecektir.

Kendinizi değersiz, kızgın veya bitkin hissediyorsanız, bu diğer insanların sizin enerjinize açık olmadığının bir işaretidir.

Onu şifa vermeyen bir şekilde alıyor olabilirler, belki de egolarını beslemek için. Sizi engelliyor ve enerjinizi istemiyor olabilirler. Herhangi bir şekilde tükenmiş hissettiğinizi fark ettiğinizde, öne eğiliyorsanız, başkalarına ulaşmaya çalışıyorsanız, ilgileri için yalvarıyorsanız veya tükenmiş, takdir edilmemiş, kabul edilmemiş veya desteklenmemiş hissediyorsanız, neden bu durumda kaldığınızı sormanın zamanı gelmiştir.

Görünürde hiçbir sebep yokken bir yabancı tarafından değerinizin azaldığını veya tüketildiğinizi hissettiğinizde, "psişik bir darbe" denen şeyden muzdaripsiniz. Bu bağlantılar, evrenden

size, kendinize ne yaptığınıza dikkat etmenizi, enerjinizi onu alamayanlara vermenin yollarına bakmanızı söyleyen mesajlardır. Ben onlara hatırlatıcılar diyorum. Muhtemelen bir daha görmeyeceğiniz ya da sadece uzak bir temas olarak tanıdığınız biri tarafından dövüldüğünüzü ya da değerinizin azaldığını fark ettiğiniz an, arkadaşlarınız ve sevdiklerinizle olan ilişkilerinize daha yakından bakın. Bir şekilde kendinizi değersizleştiriyor olabilirsiniz. Evren, bu yakın ilişkilerle ilgili mesajlarıyla size ulaşamıyorsa, dikkatinizi çekmek için size bir yabancı gönderecektir. Hayatınızda kendinize değer vermediğiniz bazı alanların olduğunu hatırlatmaktan başka bir şey yapmıyorsunuz. Bu hatırlatma için kişiye teşekkür edin ve ardından ilişkilerinize daha yakından bakmaya başlayın. "Enerjimi nereye veriyor ve geri alamıyorum?" diye sorun.

Çoğunuz tanıdığınız insanları sevmeyi, iyileştirmeyi ve onlara yardım etmeyi arzuluyorsunuz ve başkalarıyla yakın sevgi dolu bağlantılar istiyorsunuz. Sevgi dolu ilişkiler, sevdiğiniz ve yardım ettiğiniz insanlar almaya açık olduklarında ortaya çıkar. Bir şeyler vermek istediğiniz komşularınız olduğunu ve onlara sürekli hediyeler yolladığınızı hayal edin. Öte yandan onlar, hediyelerinizi geri verecek zamanları veya istekleri olmadığında, onları bir yükümlülük altına soktuğunuz hissine sinirlendiler ve gücendiler. Neden size teşekkür etmediklerini veya size geri vermediklerini merak ederek, takdir edilmediğinizi hissetmeye başlayacaksınız. Cömert ve verici olmanıza rağmen neden iyi hissetmediğinizi sorgularsınız. Gördüğünüz gibi, başkalarına vermenin uygun olmadığı birçok durum vardır. Sevgi ve şifa armağanınızı istemedikleri için size içerlemeye başlayabilirler.

1/*başkalarıyla iyileştirici bir bağlantı istiyorsunuz, ne kadar vereceğinizi ve ne kadar alacağınızı biliyorsunuz.*

Ne kadarını almaya muktedir olduğunuzu bilmek önemlidir, çünkü birçoğunuz başkalarına vermeyi sevmenize rağmen hiçbir şeyi kabul etmeye pek açık değilsiniz. Başkalarının onlara verdiğiniz şeyi takdir etmediğini düşünüyorsanız, başkalarından almaya ne kadar açık olduğunuza bir göz atmanın zamanı gelmiştir.

Hepiniz takdir edilmeme deneyimini yaşadınız. Kendinize, "Diğer kişinin alabileceğinden daha fazlasını vermeye mi çalışıyordum?" diye sorun. Bu, arkadaşlarınızın sizi tüketmesinin başka bir yoludur.

İyileştirici mesleklerde bulunan insanlar, enerji hediyeleri her iki yöne de akmadığı zaman tükenebilir ve değersiz hissedilebilir, tükenmişlik yaşayabilir. Hem şifacı hem de şifacı için iki yönlü bir sevgi akışından daha enerji verici bir şey yoktur. O zaman iyileşme gerçekten görülebilir ve büyüme gerçekleşir. Şifacı, enerjiyi alan kişinin şifacı tarafından canlandırıldığı kadar enerji alır. İnsanlarla iyileştirici bir rol üstlendiğinizde, onlar alamıyorsa siz tükenebilirsiniz ve alabileceklerinden fazlasını verirseniz onlar da tükenebilir.

Zorunluluk, öfke veya dargınlık gibi olumsuz duygular, enerjiniz tükenirken her zaman ortaya çıkar. Düşüncelerinizi, duygularınızı ve bedeninizi kontrol ederek kendinizi izlerseniz, enerji alışverişinin eşit olup olmadığını anlayacaksınız. Tükendiğinizi fark ederseniz ve hissettiklerinizden hoşlanmıyorsanız, ne gibi önlemler alabilirsiniz? Öncelikle, düşüncelerinizi, duygularınızı ve fiziksel beden tepkilerinizi kesinlikle kontrol edebileceğinizi bilin. İçeri girebilir ve evrenden ve ruhunuzdan net bir şekilde görmenize yardım etmelerini, size derslerinizden bahsetmelerini isteyebilirsiniz.

Birçoğunuz, enerji alışverişinin eşit olmadığını hissettiğiniz durumlardasınız. Birinin sizden sürekli borç para aldığını ve geri ödemediğini varsayalım. Ne kadar karşılığını almaya çalışırsan, sonuçsuz kalırsan, o kadar çok sinirlenirsin. İçine girip, "Bu benim enerjimi vermemin ve onu geri almak için açılmamamın simgesi mi?" diye sorabilirsin. Kendinizi tükenmiş hissettiğiniz alanlara dikkat ederek enerjinizin nasıl aktığına dair birçok mesaj bulabilir ve bu mesajları zorluklara ve derslere dönüştürebilirsiniz. İstediğiniz her şeye sahip olmayı hak etmediğinizi söyleyen bir inancınız varsa, hem kendiniz hem de başkaları için şifa veren ilişkilere sahip olabileceğinizi kendinize onaylayın.

Hepinizin hissettiğiniz enerji hakkında çekinceleri var. "Bu enerjiyi gerçekten hissediyor muyum, gerçekten değerim düşmüş ve bitkin mi hissediyorum, yoksa bugün sadece yorgun muyum ve bunu hayal mi ediyorum?" diye düşünebilirsiniz. Şüpheleriniz için endişelenmeyin. Ayrıca, etrafınızdaki çeşitli enerji akımları tarafından çok fazla çekilmenizi engelleyen güçlü tarafınızı da temsil edebilirler. Anahtar, şüphelerinizi arkadaşa dönüştürmeyi öğrenmektir. Bazen hayatınızdaki belirli şeyler hakkında konuşan bir inançsızlık sesi duyacaksınız. "Belki hiçbir zaman işe yaramayacak. Belki hepsi boş bir hayal. Belki de istediğimi asla elde edemeyeceğim. Belki de haklı değilim." O küçük belirsizlik sesi çok büyük olabilir. Onu dinle. Onunla konuş. Çünkü o sesten gelen değerli bilgiler her zaman vardır. mesaj ne olabilir bu şüphe sesinin faydası nedir? Çoğunuz bu sese “Hayır, cesaretim kırılmayacak. inancımı koruyacağım. Vizyonumu koruyacağım. Yine de deneyeceğim." Şüpheciliğin sesiyle savaştığınızda, o, sizin güçlü yanınızı ortaya çıkarmak ve onu güçlendirmek olan amacına çoktan ulaşmıştır.

Bazen şüpheler neredeyse ezici görünebilir ve güçlü sesinizin duyulması için daha da yüksek olması gerekir. Kendinizden şüpheye düştüğünüzü, gücünüzü, olayları yorumlama şeklinizi, yolunuzu sorguladığınızı hissettiğinizde, o sesle konuşun ve size

ne söylemeye çalıştığını sorun. Sana ne hediye verdiğini sor. Bu belirsizlik sesinde bir hediye olduğunu ne kadar çabuk kabul ederseniz, o kadar çabuk sessizleşir ve istediğiniz şeye sahip olmanıza yardımcı olur.

Şüphenin sesinden gelen diğer mesaj, kendinize ne kadar inandığınızı görmek için bir meydan okumadır. Gerçekten tükenmiş hissedip hissetmediğinizi merak ettiğinizde, dersiniz, duygularınıza inanmaktır. Biraz bile tükenmiş hissediyorsanız, sizinle birlikte olduğunuz kişi arasındaki enerji dinamiklerine bakmaya başlayın. Gerçekten tükenmiş olmadıkça tükenmiş hissetmeyeceğine güven.

Duygular sizi cevaplara yönlendirebilir ama aynı zamanda enerjiyi hissederken sezginizle açık bir bağlantı kurmanızı da engelleyebilir. Duygular ne yapar ve neden onlara sahipsiniz?

Duygular, gerçekliği yaratmanıza yardımcı olur.

Bir şeye inandığınızda, sevdiğinizde, arzuladığınızda ve istediğinizde, onu daha çabuk yaratabilirsiniz. Duygularınızı sevin ama enerjinizi tüketmelerine izin vermeyin. ve izin verme

başkalarının duyguları da sizi tüketmek için. Diğer insanların duyguları, ancak aynı duyguların sizi ele geçirmesine izin verdiğiniz ölçüde enerjinizi tüketebilir veya ele geçirebilir. Aynı duygulara sahip olmadıkça, hiç kimse güçlü, yoğun veya olumsuz duygularıyla size zarar veremez. Diğer insanların duyguları, rezonans ilkesi aracılığıyla içinizde sizin eşleşen duygularınızı uyandırır. Kendi duygularınızı sakinleştirdikçe, diğer insanların güçlü duygularını idare edebileceksiniz.

Duygularınızı nasıl sakinleştirirsiniz? Bir kriz yaratmadan önce içinizdeki hafif olumsuz duyguları dinleyin. Yüksek benliğiniz, sizinle her zaman duygularınız aracılığıyla konuşuyor, sizi şu ya da bu şekilde yönlendiriyor. Daha düşük yoğunlukta dinlemezseniz, duygularınız güçlenir. Başkalarını dinlediğinizde de aynı şey oluyor. İnsanlar tarafından biraz aşağılanırken dikkat etmezseniz, siz "anlayana" kadar enerjinizi tüketmeye ve tüketmeye devam edebilirler. Siz onları ilişkiyi bitirerek ya da onlarla ne istediğinizi konuşarak durdurana kadar sizi gittikçe daha fazla yorabilirler.

Size değer vermeyen veya sizden çok şey bekleyen durumları fark etmeye başladığınızda, negatif enerjiyi temizleyin. İlk olarak, vücudunuzda düz ve güçlü ve merkezlenmiş kalın; öne veya arkaya eğilmeyin. Sizi tüketen insanlarla birlikteyken, sadece kendinize bile olsa duygularınızı kelimelere dökmeyi öğrenin.

Duygularınızı kelimelere dökmek, diğer insanların enerjisini alanınızdan arındırmak için çok güçlüdür. Diğer insanlara öfkenizi ifade etmeyin, ancak onu sisteminizden çıkarın. Bir kayıt cihazına veya bir video kameraya söyleyin veya yazın. Onu vücudunuzdan çıkaran herhangi bir süreç, kendinizi başka insanlardan aldığınız enerjiden arındırma ve iyileştirme sürecidir.

Duygular, enerjinin net olarak algılanmasını engelleyebilir. Bir konu hakkında çok duygusal olduğunuzda, daha yüksek

yolunuzu görmek çok daha zordur. Cevapları Evrenden istemeden önce, cevapların akması için kendi içinizde huzurlu, sessiz bir alan bulduğunuzdan emin olun.

Birçoğunuz, başkalarını dinlediğinizde, vereceğiniz cevapları düşünerek, karşılık verecek şeyleri düşünerek zihninizde sürekli gevezelik ediyorsunuz. Ben buna olmaktan çok yapmak diyorum. Yapmak, zihninizin sürekli meşgul olduğu, kendi içinizde olduğunuz, içsel bir diyalog sürdürdüğünüz zamandır. Varlık, çok sessiz olduğunuz, niyetle dinlediğiniz ve başkalarının söylediklerine odaklandığınız zamandır.

sessiz bir zihinle.
O zaman kendinizle başkaları arasındaki enerji akışını yönlendirebilirsiniz.

Zihniniz ne kadar meşgulse, enerjiden bilinçsizce etkilenmeye o kadar yatkınsınız. Bir başkasını dinlerken iç diyaloğunuz ne kadar sessiz olursa, sonuca o kadar çok yön verebilir, etkileşimde bedeninizin ve duygularınızın farkında olabilirsiniz. Başkalarıyla birlikteyken var olma pratiği yapın. Hiçbir şey yapmaya, hiçbir şey düşünmeye veya hiçbir şeye yanıt vermeye çalışmamaya çalışın. Seslerin, kokuların, odanın, enerji etkileşiminin kelimelerin ötesinde bir seviyede farkına varın. Nasıl hissettiğinizi izleyin ve söylenenleri gözlemleyin. İçinize akan zengin bir bilgi bulacaksınız.

Sahip olduğunuz türden ilişkileri, yüksek ve iyileştirici olduğunu düşündüğünüz ama öyle olmayan bağlantıları görmeye başladığınızda şaşırabilirsiniz. İlk kez, başkalarının size verdiği ya da vermediği enerjiyi gerçekten görebilirsiniz.

İçinde bulunduğunuz dünyanın farkında olun. Evrenin sevgi

dolu, yüksek güçleri tarafından size sürekli olarak gönderilen mesajların farkında olun ve en önemlisi kendinize dikkat edin.

OYUN KILAVUZU

1 | Sessizce oturun ve vücudunuzu gevşetin. Gerçekliğinizi anlamak için kendi enerjinizi, bedeninizi, duygularınızı ve zihninizi ayarlayın. Sonra tanıdığınız birini düşünün. Zihninizi nazikçe dışarı gönderin, kalbinizi açın ve herhangi bir görüntü, resim veya duygu geri gelene kadar sessizce dinleyin. Duygularınız ve onlarınki arasındaki farkı fark edin. Vücudunuzdaki veya duygularınızdaki veya düşüncelerinizdeki herhangi bir değişikliği fark edin, sonra kendi realitenize geri dönün. Aldığınız izlenimleri kaydedin.

2 | Bu kişiyle deneyiminizi paylaşın, ona aldığınız olumlu bilgileri veya sevgi dolu içgörüleri verin. Geri bildirim alın, çünkü geri bildirim sayesinde, aldığınız şeyi giderek daha doğru bir şekilde yorumlayabilirsiniz.

Ben Kimim?

"Ben kimim?" önemlidir, çünkü kim olduğunuzu bilmeden etrafınızdaki enerjiyi net bir şekilde hissedemez veya yorumlayamazsınız.

Hepinizin kim olduğunuza dair bir fikri var; kendinizi pek çok farklı durumda gözlemlediniz ve nasıl tepki verdiğinizi, zamanınızı nasıl kullandığınızı vb. biliyorsunuz. zamanınızı kullanmayı, ne kadar para kazanmak istediğinizi, hangi egzersizi yapmanız gerektiğini ve hangi yemeği yemeniz gerektiğini düşünüyorsunuz. Kim olmanız gerektiğini düşündüğünüz, kim olmak istediğinize dair o vizyon hakkında taşıdığınız tüm o resimlerden ve resimlerden daha sonra konuşacağız.

Kim olduğunuzu bilmek için zihninizin dinginliğini bulmanız gerekir. Durgunluktan ve gevşeme ve görselleştirme yoluyla yaratılan ekrandan bahsetmiştim. Kim olduğunuzu bilmek, düşüncelerinizi dinleyebileceğiniz, gün ve kendiniz üzerine düşünebileceğiniz yalnız, sessiz ve derin düşüncelere dayalı zamanı içerir.

Kim olduğunuzu bilmek, kendinize bir söz vermek demektir. Kendine bağlılık nedir? Bazılarınız, kim olmanız gerektiğini düşündüğünüz o vizyonu yaşamaya kendinizi zorlamak için

irade gücünüzü kullanmak anlamına geldiğini düşünüyor. Bir şeyi yapmaya karar verdiğinizde, bu kararın arkasında katı bir şekilde durmanız gerektiğini hissedebilirsiniz.

kendinize bağlılık, an be an duygularınızı dinlemek ve şimdiki zamanda sizin için doğru olana göre hareket etmek anlamına gelir.

Nasıl davranacağınızla ilgili aldığınız kararların neredeyse tamamı, şimdiki zaman benliğinizi gelecek zamana yansıtmayı içerir. Bu, henüz gelmemiş bir zaman için kararlar vermek anlamına gelir. Kendinize bir taahhütte bulunmak, şu anda doğru olanı yapmak için yeterli benlik duygunuz olduğunu kabul etmek, şimdiki zamanda olmaktır. Kendinize güvenmek, uyanmak ve kendinize nasıl olacağınızı, bazı şeyleri nasıl halledeceğinizi söylemek zorunda olmadığınızı bilmektir; bugünden üç hafta sonra veya bundan bir yıl sonra için endişelenmenize gerek yok. Gelecekte aynı kişi olmayacağınızı, daha akıllı ve daha gelişmiş olacağınızı bilmektir. Gelecek için ne istediğinizi planlamak ve görselleştirmek önemlidir, ancak sonra rahatlayın ve gelecekteki benliğinize güvenin.

Kendinize bir taahhütte bulunmak, şu anda neyin uygun olduğunu bilmektir. Bunu yapmak için duygularınızı bilmelisiniz. “Nasıl hissettiğimi biliyorum” diyebilirsiniz, ancak çoğunuz nasıl hissettiğinizi bilmiyor ve hatta çoğunuz duygularınızı sözlerle veya eylemlerle desteklemiyorsunuz. Örneğin, biri sizden ona bir iyilik yapmanızı isterse. , "Bu benim

yapmak istediğim bir şey değil ama yapmalıyım" diyebilirsiniz ve yine de hislerinizin tersine bunu yaparsınız. Kendinizi onurlandırma sözü verdiğinizde, başkaları size bencil diyebilir. Bencil olmanın yanlış olduğunu, başkalarına bir şey borçlu olduğunuzu veya bir şekilde mecbur olduğunuzu söyleyen bir programlamaya sahip olun.İlk taahhüdünüz kendinize olmadıkça, enerjiyi net bir şekilde hissedemezsiniz, güçlü ve doğrudan enerji olamazsınız. hayatınızı, düşüncelerinizi, hedeflerinizi ve zamanınızı öncelik haline getirin, diğer insanların arzu ve beklentilerinin akıntısında kaybolacaksınız. Bir kişi, bir proje veya bir olay gibi yolunuza çıkan her ne olursa olsun, sizi dev dalgalardan oluşan bir okyanusta küçük bir pislik gibi sürekli olarak ileri geri savurur. Kim olduğunuzu biliyorsanız, hayatınızı bir öncelik haline getirin, duygularınızı kabul edin ve onlara göre hareket edin, o zaman seçtiğiniz yönde sakin sularda seyreden güçlü bir gemiye sahip olabilirsiniz.

Knozu*ne zaman kendi ihtiyaçlarınıza dikkat etmelisiniz ve ne zaman özverili olmalısınız.*

Kendinize odaklanmak ve kim olduğunuzu bilmek, hayatınızı bir öncelik haline getirmek önemli olsa da, diğer insanlar üzerindeki etkinizin farkında olmak da önemlidir. Eylemlerinizin başkaları üzerindeki etkisini anladığınızda ve ardından hangi eylemleri gerçekleştirmek istediğinizi seçebildiğinizde daha güçlüsünüz. Bazı insanlar kendileri için doğru olanı yaparlarsa bencilce davranacaklarından endişe duyarlar. Kendi yüksek yolunuzu ve benliğinizi onurlandırdığınızda, o sırada öyle görünmese bile, her zaman başkalarının yüksek yolunu ve benliğini onurlandırmış olursunuz. Ne zaman özverili olunacağını - ne zaman şeylerle akılacağını ve kendi egonuzun taleplerinden gelmeyeceğini bilmek de önemlidir. Verebileceğim

en iyi yönerge, önemsiz şeyler söz konusu olduğunda özverili olmaktır - bir restoranda hangi masaya oturacağınız, hangi filme gideceğiniz ve küçük şeylerin geçip gitmesine izin verin. Yüksek vizyonunuzu takip etmeye, insanlığa hizmet eden şeyleri yapmaya gelince, o zaman bir tavır alma zamanıdır (ancak çok şefkatli ve nazik). Daha büyük bir grubun parçası olduğunuzda, topluluk hedefleri için çalışırken, bu hedefler sizin yüksek amacınızın bir parçasıysa ve bu hizmette ve özveride bir neşe duygusu varsa, özverili olmak önemlidir. Özverilik suçluluktan, baskıdan veya "mecburiyet" tutumundan geliyorsa, o zaman uygun değildir.

Çoğunuz kendi hayatınızın içindesiniz. Diğer insanlar üzerindeki etkinizle o kadar ilgileniyorsunuz ki, "Ona ne yaptığımı söylediğimde falanca ne düşünecek?" diye merak ediyorsunuz. sınırlı bir bakış açısı dışında kim olduğunuzu görmediğinizi. Kendinizi yeni bir ışıkta görmek için vücudunuzdan çıkmanın ve bakış açınızı değiştirmenin birçok yolu vardır. Birincisi, kendinizi başkalarının yerine koymak, onlara kendi yargılarınız ve inançlarınız aracılığıyla değil, onların inançları ve bakış açılarıyla bakmaktır. Birçoğunuz sürekli olarak herkesin sizi izlediği ve yargıladığı bir sahnede aktörler olduğunuzu hissediyorsunuz. Ama kendini sahneye koyan, izleyen, gözlemleyen ve yargılayan sadece sensin. Bunu yaptığınızda, diğer insanlara karşı da kendinizi sorumlu hissetmeye başlarsınız - eğer onlar kendilerini kötü hissederlerse, buna sizin neden olduğunuzu hissedebilirsiniz.

Yapmak*herkesin mutluluğundan sorumlu hissetme. Sadece onlar seçebilir, sen onların adına seçemezsin.*

Anne babalarının boşanmasına neden olduklarını hisseden küçük çocuklar gördünüz, çünkü genç gözlerinde olan her şey onların sebep olduğu bir şeymiş gibi görünüyor. Kim olduğunuza dair yeni bir bakış açısı elde etmek istiyorsanız, kendinizi başka birinin gözünden görün. Kendinizi diğer kişinin yerine koyun. Onun zorluklarını, tutumlarını, bolluğunu ya da eksikliğini düşünün ve görüntülerin akmasına izin verin. Bedeninizi ve realitenizi yeni terk ettiniz ve bir başkasının enerji sisteminin bir parçası oldunuz. Hayatınızın ve bakış açınızın dışına çıkarak karşınızdaki kişinin eylem ve davranışlarını anlayacak ve kendinizi de daha net hissedebileceksiniz. Hayatınıza onun gözünden bakın. Temasa geçtiğiniz tüm insanlarla yarın başlayabilirsiniz. Yaşadıkları gerçekliğe, altında bulundukları strese, akıllarından geçen türden düşünceler ve şu anda aldıkları derslerin neler olduğu. Bu anlayışla, onlarla hem size hem de onlara şifa verecek şekilde etkileşim kurabilirsiniz. Bu süreci alışkanlık haline getirin, denemeden veya düşünmeden yaptığınız bir şey. O zaman, başkaları için endişelendiğinde, senin hakkında ne düşündükleri ya da onlara ne olduğuyla ilgilendiğinde, aynı süreci onların enerjisini hissetmek için kullanabileceksin.

Enerjiyi algılamadaki en büyük kör noktalardan biri, kendinizin fazlasıyla farkında olmak, kendi hayatınızın merkezinde çok fazla var olmaktır. Onları iyileştirmek ve onlara yardım etmek için neler yapabileceğinizden (tabii ki sizi iyileştirir ve size yardımcı olur) daha çok başkalarının sizin hakkınızda ne düşündüğüyle ilgilendiğinizde, diğer insanların gerçeklerini algılamanız engellenir. Daha yüksek enerji seviyelerine çıkmaktan bahsederken, başkalarını iyileştirmekten ve gün boyunca kurduğunuz her teması şifa verici kılmaktan bahsediyoruz.

Onu iyileştirici bir şekilde ele alabilene kadar enerjiye karşı daha duyarlı hale gelemezsiniz. Nasıl başa çıkacağınızı

bilmiyorsanız, evren bu kadar enerjiyi deneyimlemenize izin vermezdi. Hissettiğiniz enerjiyle kendinizi ve diğer kişiyi iyileştirecek şekilde ne kadar çok çalışırsanız, etrafınızda var olan enerjileri o kadar çok hissedebilir ve tanıyabilirsiniz.

İyileştirici temas nedir? Her bağlantıyı nasıl iyileştirici hale getirirsiniz? Bağlantıları iyileştirmeye yönelik ilk adım, onlarla temasa geçtiğinizde insanları affetmektir. İlk olarak, onlara karşı sahip olduğunuz veya şu anda sahip olduğunuz herhangi bir kırgınlığın, herhangi bir üstünlük veya aşağılık hissinin, herhangi bir kin, onlara gönderdiğiniz herhangi bir olumsuz düşüncenin (onlarla ilgili bir şeylerin yolunda gitmediğinin sadece bir resmi olsa bile) farkına varın. standartlarınıza göre). İyileşmek için, büyümelerine yardımcı olmayan düşünce veya duygusal düzeyde onlara gönderdiğiniz her şey için kendinizi bağışlama duygusu hissedin. Ruhsal gelişimlerinde onlara nasıl yardımcı olabileceğinizi kendinize sorun. Onlara hizmet edecek hangi iletişimi verebilirsin? Bir cevap bulmak için vücudunuzu terk etmeli ve onların realitesinin bir parçası olmalısınız. Onları nasıl takdir edebilirsin? onları kabul edip teşekkür ettiniz mi? Bu sorular ve düşünceler sizi kişiliğinizin dar odağının dışına çıkaracaktır.

Başkalarına almak istediğiniz şeyi -sevgi, destek, takdir, şifa ve takdir- verin, geri alacaksınız.

"Nasıl kabul görebilirim, daha fazla destek alabilirim veya istediğimi nasıl elde edebilirim?" net enerji algınızı engeller. Vermek, başkalarını ve onların gerçeklik sistemlerini görme

yeteneğinizi açar ve kesinlikle kendinizi daha yüksek ve daha sevgi dolu bir şekilde görmenizi sağlar.

Başkaları için bunu yaptığınızda otomatik olarak kendinizi affetmeye, desteklemeye, kabul etmeye ve takdir etmeye başlayacaksınız. Başkalarını iyileştirmek sadece dünyaya verdiğiniz bir hediye değildir. Aynı zamanda kendinize bir hediyedir.

Hepiniz başkalarının enerjisini görerek kendi enerjinizin farkında olmayı öğrenebilirsiniz. Diğer insanlarda enerjiyi ne kadar doğru algılarsanız, onu kendinizde o kadar net hissedebileceksiniz. Bu sadece pozitif enerji için değil, aynı zamanda korku ve karanlık enerji için de geçerlidir. Başkalarını yargıladığınızda, kendi gölgenizi hissedersiniz ve yargıladığınız tüm olumsuz enerjileri kendinize getirirsiniz. Enerjiyi net bir şekilde görmek, doğru-yanlış yargılarını geride bırakmaktır. Doğru-yanlış çerçeveyi bırakmak için kendinize meydan okuyun. Başkalarında sevmediğiniz bir nitelik veya özellik gözlemlediğinizde, bunun onların yaşamlarına nasıl uyduğunu bulabilecek misiniz bir bakın. Bu özel özelliğin onlar için nasıl çalıştığına, bu niteliğin onlar için ne yaptığına bakın. Yargılamayı geride bırakmak, sizi diğer insanların enerjisinden etkilenmekten kurtarır.

korku nedir? Nedir bu gölge alan? Bakılana kadar korku çoğu zaman bir ağırlık, endişe ya da endişe duygusu olarak var olur. Kendinizi hafif ve neşeli hissettiğiniz anlar vardır ve hissetmediğiniz anlar vardır. Bu daha ağır anlar genellikle korkunun bir göstergesidir. Ne kadar yükseğe çıkarsan, korkunu o kadar çok salıvereceksin.

İle*korkuyu dağıt, dön ve doğrudan ona bak, çünkü yüzleştiğin şey bilincin ışığında çözülüyor.*

Alt seviyelerdeki korku, bedende ağır duygular, bir ağırlık, bir gerginlik hissi olarak var olur. Etrafta koşuşturma, üretkenlik kisvesi altında saklanmaya çalışma, olmaktan çok yapma hissi olabilir.

Kendinizi ağır veya karanlık hissettiğinizde, korkunun bilincinize gelmesini isteyin. Sırtını döndüğün her şey büyüyecek ve daha da kötüleşecek. Korktuğunuz şeyle yüzleşmeye ve yüzleşmeye istekli olduğunuzda, evren onu salıvermenize ve iyileştirmenize yardımcı olacaktır. Birçoğunuz yalnız olduğunuzdan korkuyorsunuz; her şeyi kendin halletmen gerektiğine inanıyorsun. Sorumluluğun büyük ağırlığını hissedebilirsiniz, ancak evren arkadaşlarla, şifacılarla ve yardımlarla doludur. Temasa geçtiğiniz kişileri iyileştirmeye ne kadar çok başlarsanız, şifa size o kadar çok geri döner. Şifa almak ve vermek, daha yüksek enerjiye giden yoldur.

Korku sıklıkla yüzleşilebilir ve bedene rahatlama soluyarak dönüştürülebilir. Eylemle de halledilebilir. Bir başkasında negatif enerji, hoşlanmadığınız bir duygu hissettiğinizde, ondan kaçmayın ve saklanmayın. Önce muhakemenizi askıya alın ve ardından (eğer varsa) hangi eylemi yapabileceğiniz konusunda evrenden rehberlik isteyin. Siz istediğinizde evren size her zaman yardım gönderecektir. Düşüncelerinizden içgörüler veya ifşalar olarak gelebilir; gördüğünüz veya okuduğunuz bir şey aracılığıyla gelebilir; ya da duyduğun bir şey aracılığıyla gelebilir. Bir başkasında herhangi bir olumsuzluk hissettiğinizde, onları nasıl iyileştirebileceğinizi ve büyümelerinde nasıl destekleyebileceğinizi sorarak bunun sizi etkilemesini durdurabilirsiniz. Aynısını sizin için yapmanın yollarını arayacaklarını göreceksiniz. İyileştirici ve sevgi dolu enerjinizde sizinle boy ölçüşemezlerse, yaşamınızı terk edeceklerdir.

Enerjiyi hissetme korkusu nedir, başkalarında negatif enerji bulma korkusu nedir? Size zarar verebilecekleri korkusu mu? Başkalarının sizi aşağı çekebileceğine veya sizi daha az yapabileceğine dair bir inanç mı? Negatif enerji korkunuzun bilinçli olarak farkına vardığınızda, negatif enerjinin size nasıl zarar verebileceğini düşündüğünüzle temasa geçtiğinizde, onunla çalışmaya başlamak için bir temeliniz olur. Sadece negatif enerji korkunuzla yüzleşerek ve bunu kabul ederek onu zararsız enerjiye dönüştürebilirsiniz. Yine, pozitif şifa enerjisi her zaman negatif enerjiden daha güçlüdür.

Şu anda kim olduğunuza ve kim olmak istediğinize dair resimlerinizin uyuşmadığı her alanda korku üretilebilir. Olmadığın kişiden neden korkuyorsun? Kendiniz için bir hayal kırıklığı olduğunuzu, kendinizi hayal kırıklığına uğrattığınızı düşünüyor musunuz?

Loue*ve olduğun kişiyi kabul et, olacağın kişiyi değil.*

Kendinizi kim olduğunuz için seviyorsanız, kişisel güce açılan kapı olan şimdiki zamanda yaşıyorsunuz demektir. Yalnızca olacağın kişiyi seviyorsan, o zaman vücudunun dışındasındır, etkileyemeyeceğin bir gelecekte yaşarsın (şimdiki zaman olana ve harekete geçene kadar). Kim olduğunuza bakın, bunu olmak istediğiniz kişiyle karşılaştırın ve neden eşleşmediklerini kendinize sorun. "Olmasını istediğim şey gerçekten kim olduğuma uygun mu, yoksa bana olmam gerektiği söylenen bir şey mi?" diye sorun. Kendinizi başkalarının programlarından, beklentilerinden ve size ait resimlerinden ne kadar arındırırsanız, o kadar güçlü olursunuz. Gelecekteki bu resimlerin çoğu, başkaları tarafından size verilen gerçekçi olmayan veya uygunsuz standartları karşılamayı içerir. Bu

ideallerin çoğu, başkalarının kendinize uydurmaya çalıştığınız inançlarını temsil eder. Kendinizden beklentilerinize net bir şekilde bakın, özellikle de sürekli görüşemediğiniz kişiler. Alanların göstergesi olabilirler.

olmak istediğiniz kişinin gerçek ihtiyaçlarınıza uymadığı. Farkında hissettiğin acı, ağırlık, korku ya da karanlık duyguları sadece sana ait olmayan enerjiyi "yıpratmaya" çalıştığın için var olur.

Kim olduğunuzu bilmek, derin düşünme zamanı, sessiz zaman gerektirir. Tek başına zaman, yaratabileceğiniz en önemli zamanlardan biridir. Bir şeyi çılgınca düşündüğün bir zamandan bahsetmiyorum, hiçbir şey düşünmediğin huzurlu bir zamandan bahsediyorum. Zihnin dinginliği, fikirlerin realitenize girmesi ve doğması için alan yaratır. İlham durgunlukta doğar. Yeni bir fikrin bilinçli farkındalığınıza gelmesi bir hafta veya daha uzun sürebilir. Ancak zaman gecikmesinin, sessiz zaman ile daha sonra gelen yaratıcılık arasındaki bağlantıyı görmenize engel olmasına izin vermeyin.

Yalnız olmak, sessizce oturmak, fiziksel, duygusal ve zihinsel olarak dinlenmenize izin vermek size giderek daha net bir benlik duygusu verecektir. O durgun zamanlarda herhangi bir rol ya da kimlik oynamıyorsunuz ve ruhunuz sizinle daha net konuşabiliyor. Başkalarının yanında olmadığınızda, yalnızken kendi enerjinizin en net hissine sahipsiniz. Bazılarınız her zaman diğerlerinin yanındasınız ve sonunda kendinizi yalnız bulduğunuzda yapacak milyonlarca şey yaratırsınız - düşünmekten, yansıtmaktan ve sessiz kalmaktan alıkoyacak her şey. Size üretkenliğin ve görebileceğiniz, dokunabileceğiniz veya duyabileceğiniz şeyler yaratmanın sessiz zamandan daha değerli olduğu öğretildi. Bununla birlikte, yansıtıcı zaman, enerji canlandırmasının, net görmenin, fikirlerin ve ilhamın kaynağıdır. Oturmak veya uzanmak ve sessiz olmak için yaratabileceğiniz her zamana değer vermeye başlayın. Hiçbir şey düşünmemeye çalış, çünkü dinginlik, enerjiyi hissetmenin ve sezgilerini açmanın kapısıdır. Aynı zamanda bulabileceğiniz en yüksek ve en etkili kendi kendini iyileştirme şeklidir.

OYUN KILAVUZU

1 | Bir arkadaşınızla veya sevdiğiniz biriyle yaklaşan bir toplantıyı düşünün.

2 | Toplantınızın daha yüksek amacı nedir? Birbirimizi teşvik etmek veya desteklemek ya da bir karara yardımcı olmak olabilir. Tamamen sosyal olsa bile, birlikte olmanızdaki daha yüksek amacı keşfedip keşfedemeyeceğinize bakın.

3 | Diğer kişinin kim olduğuna dair daha yüksek bir vizyon yaratmasına nasıl yardımcı olabilirsiniz? Size aynı şekilde nasıl yardımcı olabilirler? Bir dahaki sefere birlikte olduğunuzda, odaklanmaya karar verin ve toplantının daha yüksek amacına göre hareket edin.

VI

Bilinçdışını Bilince getirmek

İstediğin şey olmak için ihtiyacın olan tüm araçlara sahipsin. Enerjiyi algılamayı öğrenirken, deneyimlediğiniz enerjiyi de geliştirebilirsiniz. Etrafınızdaki enerjinin farkına vardıkça, enerjinizin ne zaman yüksek olduğunu fark edebilir ve onu daha da yükseğe çıkarabilirsiniz. Bu, zihninizdeki resimleri geliştirmenize ve daha net olabilmeniz, daha yükseğe çıkabilmeniz ve genişleyip gelişebilmeniz için niyetinize odaklanmanıza olanak tanır.

Evrenden daha fazlasını istediğinizde, nasıl geldiği konusunda açık olmak önemlidir, çünkü evren bunu size mümkün olan en hızlı ve en verimli şekilde verecektir. Bir şeye sahip olmadan önce belirli tutumları veya görüntüleri bırakmanız gerekebilir, böylece onları serbest bırakacak durumlar oluşturacaksınız. Daha yükseğe çıkmaya hazırsanız, oraya nasıl ulaşacağınızla ilgili tüm resimleri bırakmanın zamanı geldi.

Bilinçaltınızı bilince getirerek daha hızlı tekamül edebilirsiniz,

çünkü bilinçli zihin bilinçdışını geliştiren ışıktır. Hiçbir şekilde gizli sürücüler veya bilinmeyen programlar tarafından yönetilmezsiniz. Size içe bakma ve cevapları bulma yeteneği verildi.

Bilinçaltını bilince getirmek için her durumda ışığı bulmaya odaklanın. Analiz etmek ve düşünmek için zihninizi kullanmanıza gerek kalmadan gelen cevapları bulacaksınız. Bir cevap istiyorsanız, durumu elinizde tuttuğunuzu hayal edin. Işığın o görüntüye geldiğini hayal edin ve sonra onu yüksek benliğinize veya evrendeki daha yüksek bir varlığa bırakın.

Yoogizli sürücülerin veya bilinmeyen programların insafına kalmaz.

İçinize bakma ve cevapları bulma yeteneğiniz var.

Bir cevap arıyorsanız, yapmanız gereken tek şey sormak, sonra dinlemek. Ancak bazı şeyler dinlemenizin önüne geçiyor ve bunlardan biri de gerçekliğin ne olduğu ve nasıl işlediğine dair resminiz. Başka bir müdahale, durmadan gevezelik eden, dinlenmeniz veya başka bir şekilde düşünmeniz gerektiğinde düşünmeye devam eden bir zihindir.

Bilinçaltını bilince getirmek, içinde bulunduğunuz her durumun zorluğudur. Anlamadığınız bir şeyin olduğunu hissediyorsanız, onu çözmek, analiz etmek ve bilmek niyetiyle zaten çok zaman harcıyorsunuz demektir. Evrene bir enerji feneri gönderiyorsunuz. Anında cevaplar size geri yayınlanıyor. Cevabın belli bir şekilde gelmesini veya belli bir cevap olmasını beklerseniz, o zaman yeni ve daha kapsamlı cevapların ortaya çıkması zor olacaktır. Cevaplanmasını istediğiniz herhangi bir soruyu alın ve bir hafta boyunca düşünmeyi bırakın. Bir soru

sorduktan sonra, ondan vazgeçmek önemlidir. Herhangi bir konuyu ele alıp bir gün bile düşünmezseniz, durum etrafında yepyeni bir enerji bulursunuz.

Bilinçaltını bilinenin içine çekmenin bir başka yolu da kendi kendinize sessizce oturup imgelerinizle çalışmaktır. Bir konu üzerinde ileri geri gidiyorsanız, o zaman hiçbir cevap tamamen doğru değildir. Doğru cevaba sahip olsaydınız, ileri geri gitmezdiniz. Bir cevap bulduğunuzu görerek bu durumdan kurtulmanıza yardımcı olabilirsiniz. Bazı şeylerin neden başınıza geldiğini göremiyorsanız, olayları kolay ve hızlı bir şekilde anladığınızı hayal edin. Hafızanıza geri dönebilir ve olayları olduğu gibi anladığınız tüm zamanları hatırlayabilirsiniz.

Hayatında olan her şey, kendin hakkında sahip olduğun bir imajdan geliyor. Gönderdiğiniz görüntüler size durumları çeker. Bu resimler bilinçli farkındalığınız için kesinlikle mevcuttur. Kendinize bakarak ve kendinizle ilgili vizyonunuzu değiştirerek herhangi bir durumu değiştirebilirsiniz.

Birkaç dakika oturup huzurlu bir müzik açsanız ve elinizdeki durumdan başka bir şey düşünmeseniz, kendinizi çok hızlı hareket ederken bulursunuz ve daha sonra tekrar düşünmenize gerek kalmadan onu bırakabilirsiniz. ve bitti. Daha yüksek bilinç seviyelerine geçerken, belirli niteliklerin var olması gerekir. Biri odak. Zihniniz her zaman on veya on beş konuyu düşünüyorsa, bunların üzerinden geçmek haftalar alabilir. Kendinizi birçok şeyi düşünürken ve baskı altında, dağınık, meşgul hissediyorsanız veya yeterli zamanınız yoksa, zihniniz çok fazla şeyi halletmeye çalışıyor demektir. Her anın en yüksek amacı vardır, birlikte olduğun her insanın en yüksek amacı vardır. Daha yüksek enerji seviyelerine geçmeye hazırsanız, bunu orada geçirdiğiniz süreyi artırarak yapabilirsiniz.

Enerjiniz düştüğünde, onu oraya neyin götürdüğünün farkına varabilirsiniz. Size çoğu insanın enerjisini neyin düşürdüğünü anlatacağım: sıradan veya olumsuz şeyler hakkında konuşmak; Gazetelerde veya dergilerde, daha yüksek bir neden olmaksızın

acı veya mücadeleden bahseden makaleler okumak; vücudunuzun akışını dinlememek (yorgunken dinlenmemek, enerji varken aktif olmamak); incindiğin geçmiş zamanları düşünmek; gelecekten korkmak

Canınızın çektiği şeyi yaptığınızda enerjinizi yükseltirsiniz. Bir şeyi başarmak için bir hedef koyarsanız ve yine de başka bir şey yapmak istediğinizi fark ederseniz, kalkıp diğer şeyi yaparak enerjinizi yükseltirsiniz. Belirlediğiniz hedefin değiştiğini görebilirsiniz. Ya da molayı, coşkunuzu yeniden canlandırmak için ihtiyacınız olan şeyi bulabilirsiniz.

Gibi*insanlar hakkında iyi olan şeylere odaklanırsınız, onların bunu başarmalarını sağlarsınız.*

Enerjinizi yükseltmenin birçok yolu vardır. İnsanlara ne söylediğinizin farkına vararak başlayın. Onları inşa ediyor musun? Onlar hakkında asil bir vizyona mı sahipsin? Parmağınızı doğrulttuğunuz her şey büyüyecektir - insanların zayıflıklarına odaklanırsanız, onlarda neyin yanlış olduğunu zihninizde vurgularsanız, büyüyecektir. Hayatınızda yolunda gitmeyen durumlar varsa, onları ne kadar çok çalışmıyormuş gibi hayal ederseniz, o kadar çok öyle yaratıyorsunuz.

İki insan ilk kez aşık olduklarında, birbirlerinin en iyi yanlarını görürler ve bu vizyona sahip olurlar. Birdenbire kendilerini yeni şeyler başarabilecek durumda bulurlar ve eski, olumsuz kalıpların ayrıldığını görürler. İnsanlara başarılarının, neşelerinin ve bolluklarının bir görüntüsünü tutarak onlara büyük ölçüde yardımcı olabilirsiniz.

Olmak*başkalarıyla konuşurken kendiniz hakkında yarattığınız görüntülerin farkında olun.*

Bolluktan, neşeden, bolluktan mı bahsediyorsunuz, yoksa acıdan, dertten, dertten mi bahsediyorsunuz? İnsanlar, siz onlarla konuşurken sizin görüntülerinizi oluşturur. Herkese hayatınızın ne kadar bereketli olduğunu söylemezken yalan söylediğinizi düşünebilirsiniz ama ben herkese hayatınızın ne kadar bereketli olduğunu söylerseniz çok kısa bir süre sonra doğruyu söyleyeceğinizi söyleyeceğim! Gün içinde hareket ederken sözlerinize ve enerjinize dikkat edin. Enerjinizin herhangi bir şekilde düştüğünü, zihninize şüphelerin sızdığını, kim olduğunuz konusunda kötü hissettiğinizi fark ettiğiniz anda durun. Derin bir nefes alın ve daha yüksek bir görüntü için içinize bakın. An be an görüntüler yayınlarsınız ve insanlar bunları alıp yanıt verir.

Başına bir şeyin neden geldiğini bilmek istiyorsan, nedenini bildiğine olan inancını koru. Affetmeyi öğrenmek önemlidir, çünkü olumsuz bir anıyı her tekrarladığınızda, kendinizi yanlış yaptığınızda, onu gelecekte yeniden yaratırsınız. Kriz anlarında genellikle yeni bir benlik doğar, krizle yeni ortaya çıkan bebek benlik. Küçük bir çocuk gibi, her şeyi mükemmel veya güzel bir şekilde halletme becerisine sahip olmayabilir ve yine de bu benlik her an gelişmektedir. Geri dönüp ona yanlışlığının görüntülerini göndermeniz, bu yeni varlığa bir hediye değildir.

sen*asla bir şekilde yaşamınıza daha fazla ışık getirme girişimi olmayan hiçbir şey yapmayın.*

Herhangi bir krize geri dönebilir ve yeni bir benliğin, yeni bir parçanızın doğduğunu görebilirsiniz. Bu daha güçlü ve daha net bir parçadır, yaşamınıza, gerçeğinize, büyümenize daha fazla bağlı olan bir parçadır.

Yeni bir benliğin doğuşuna hazırlanmak için şu anda bir kriz, bir meydan okuma veya ikilem oluşturuyor olabilirsiniz. Her zaman ışığa gidiyorsun. Yaptıklarınızı yapabileceğinizin en iyisi olarak yorumlamış olabilirsiniz, bu nedenle geri dönüp vizyonunuzu değiştirmek, kendinizi serbest bırakmak ve affetmek ve ne öğrendiğinizi görmek önemlidir. Durumun sizde hangi nitelikleri geliştirdiğine veya geliştirdiğine bakın. Sizi daha derin bir gerçeğe götürüyor olabilir veya istemediğinizi deneyimleyerek ne istediğinizi öğrenmenize yardımcı oluyor olabilir. Kendi ışığınızı görmeyi ve daha güçlü, iddialı ve net bir şekilde odaklanmayı öğreniyor olabilirsiniz. Olmadığınızı düşündüğünüz her ne ise, olmaya çalışıyorsunuz. Şu anda herhangi biriniz her ne istiyorsa, ona sahip olacaksınız, ancak beklediğiniz şekilde gelmeyebilir.

Sizinle konuşurken tanıştığınız herkesin enerjisini izleyin. Sözlerine dikkat edin ve enerjinizin düştüğünü hissederseniz ekstra uyanık olun. Konuya dikkat edin. Enerjinizi yükselten ve yükseltmeyen diğer insanlarla konuşacak şeyler olduğunu göreceksiniz. Konuyu, etkileşimin seviyesini yükselten bir şeye dönüştürme yeteneğine sahipsiniz. Zihninizde hangi düşünceleri taşıdığınıza dikkat edin. Öldüğünüzde aklınızdan ne geçiyorsa o düşünceler sizi daha sonra gideceğiniz yere yönlendirecektir. Gün boyunca düşünceleriniz nerede? En yüksek vizyonunuzu, daha yüksek benliğinizi ne sıklıkla düşünüyorsunuz?

İle*bilinçaltını yüksek benliğe getirin, hayatınızın her alanına bakın ve "En yüksek vizyonum nedir?"*

Hayatınızın günlük, sıradan detaylarına dahil olmanız gerektiğini düşünebilirsiniz, ancak yine de en yüksek vizyonunuza ve daha yüksek yolunuza odaklanırsanız, bu şeyler zahmetsizce halledilebilir. Bolluk seviyenize, evrenin size vermesine ne kadar izin verdiğinize bakın. Aldığınız miktarı artırmanın bir yolu var mı? Daha derin motivasyonunuzu bulmak önemlidir. Daha fazla para istiyorsanız, neden? Şimdi sahip olmadığın paraya sahip olmanın sana ne kazandıracağını düşünüyorsun? Bir şeyi istiyorsanız, motivasyonunuz nedir? Motivasyonunuzu bilseydiniz, yaptığınız her şeyin arkasındaki itici gücü bilirdiniz. Motivasyon, istediğiniz her şeyi getirebilecek itici bir güçtür. "Şu araba, şu iş ya da bir erkek benim olsa ne mutlu bana" diyor olabilirsiniz. Burada göründüğünden daha fazlası var. Bunlara sahip olmak için en derin motivasyonunuzu bilseydiniz, ihtiyaçlarınızı birçok şekilde karşılayabilirdiniz. Daha fazla güvenlik veya zevk, daha rahat hissetmek veya sevilmek veya daha fazlasını almak istiyor olabilirsiniz. Arzuladığınız şeyin özü ile temasa geçtiğinizde, ona birçok şekilde sahip olabilirsiniz. Size istediğinizi getirecek belirli bir şeye odaklanmazsanız, evren gerçekten size birçok yönden bolluk getirmeye başlayabilir.

Çözmek istediğiniz sorunları düşündüğünüzde iki seçeneğiniz vardır - yüksek benliğinizden size konuyla ilgili daha yüksek bir vizyon vermesini isteyebilirsiniz ya da sorunu yüksek benliğinize bırakabilir ve yüksek benliğinizden bununla ilgilenmesini isteyebilirsiniz. senin için. En iyi çözümler yüksek benliğinizden gelir.

Kendinizin yeni ve daha yüksek görüntülerini yaratmak önemlidir. Arkadaşlarınızdan, yaptığınız bir şeyde başarılı olduğunuzu hayal etmek gibi belirli resimlerinizi tutmalarını

isteyin. Yeni resimleriniz yoksa, zihniniz eski düşünce biçimlerine geri dönmek için çok daha cazip olacaktır. Seyahat etmek, daha fazla boş zaman, sevgi dolu bir ilişki, her geçen gün daha güçlü ve daha fit hale gelen bir fiziksel beden gibi, hayatınızda kesinlikle mutluluk verici şeylerle dolu düşüncelerle dolu olsaydınız, o zaman düşünecek vaktiniz olmazdı. eski, daha acı verici veya sıradan seviyeler.

Görüntülerinizi geliştirdiğinizde, hissettiğiniz enerjiyi de geliştirirsiniz. Temasa geçtiğiniz enerjiyi kontrol edebilirsiniz. İnsanların sizin hakkınızda yüksek vizyonunuza uymayan bir şekilde konuştuğunu veya sizi onurlandırmayacak şekilde düşündüklerini görürseniz, onların görüntülerini almaya açık olmak yerine, kendi fotoğraflarınızı onlara geri yayınlamaya başlayın. Sizi güçlü ve güçlü görmelerini istiyorsanız, onlara kendinizin güçlü ve güçlü bir imajını gönderin. Nasıl yanıldığınızı düşünürseniz, o görüntüyü onlara gönderirsiniz ve sizi yanıltmanın daha fazla yolunu bulurlar.

Görmek*herkes genişliyor ve büyüyor ve siz kendinizi de öyle göreceksiniz.*

Başkalarına olumlu resimler yayınlamaya başlayın. Onları hedeflerine ulaşan ve başarı yaratan kişiler olarak görün. Kendinizin ve başkalarının yüksek resimlerini gönderme sorumluluğunu üstlenebilirsiniz. İnsanlarda gömülü yatan mücevherleri görün. Onları gördüğünüzde kabul edin, ilerlemelerinden, büyümelerinden ve güzelliklerinden bahsedin. Size hayatlarının olumsuz bir hikayesini anlatmak istiyorlarsa, sempati duymayın, şefkat rolüne bürünün ve durumun onlara verdiği hediyeleri görmelerine yardımcı olun. İnsanların olumsuz

şeylerden bahsettiğini duyarsanız, onlara hemen olumlu fotoğraflar gönderin ve sohbeti değiştirin.

Yüksek amacınızın bir görüntüsünü tutun, o zaman zihninize gelen düşünceler ve resimler sizi o yöne götürecektir. Aklınıza gelen resimlerin gerçek mi yoksa kendi uydurduğunuz bir şey mi olduğunu merak ediyorsunuz. Yolunuzla ilgili görüntüler aldığınızda veya bunların farkına vardığınızda, bunun sizin yapmanız gereken bir şey mi yoksa sadece bir hüsnükuruntu mu yoksa yanlış bir bilgi mi olduğunu merak edebilirsiniz.

Rehberlik istersin, aklına gelen mesajlara güvenirsin.

Bazen basit olabilirler, size bir sonraki adımı söylerler. Postaneye gitmek veya mektup yazmak kadar sıradan bir şey olabilir. Bazılarınız önünüzdeki aylar ve yıllar boyunca yolunuzu bilmek istiyor ve yine de, onu bilseydiniz, bu yalnızca olası bir biçim olurdu ve belki de sizi sınırlayabilirdi. Bazılarınız bunalır ve başlamakta zorlanır. Hatta tüm geleceğinizi önceden bilmek size pek de keyif verici gelmeyebilir. Şu anda sahip olduğunuzdan daha fazlasını istiyorsanız, güvenerek sahip olabilirsiniz. Bolluğa sahip olmaya kararlı olduğunuzda, hayal edebileceğinizden çok daha fazlası gelecek. Hayatınızla ne yapacağınıza dair bir vizyon istiyorsanız ve buna sahip değilseniz, bu sadece an meselesi olabilir. Bu vizyona hazırlanıyor olabilirsiniz. Bilince istediğiniz her şeyi getirebilirsiniz. Engellenmiş hissediyorsanız, cevapları sorarak bulabilirsiniz. Herhangi bir durumu bir ışık görüntüsü ile geliştirebilir ve herhangi bir sorunu sizin için en yüksek şekilde çözmesi için evrene bırakabilirsiniz.

Bazen en büyük neşe duygusu, yalnız olmadığınızı, rehberlik ve yardım isterseniz orada olacağını bilmekten gelebilir. Evrenle bağlantı kurmaya hazırsanız, istediğiniz her şeye sahip

olabilirsiniz. Yalnız değilsiniz; en yüksek amacınıza odaklanırsanız, açılan her kapıyı bulacaksınız. Evren size fikir ve yardım verecek; insanlar size yardım, para, tavsiye, sevgi ve destekle ulaşacak. Taahhütte bulunun. Şimdi yap. En yüksek amacın için git. En yüksek hayrınızın vizyonunu sabit tutun ve sürprizlere açık olun.

Hepinizin kendinizi daha çok sevmenin ne anlama geldiğine dair resimleri var. Bazılarınız için daha iyi bir iş veya bir sorunun çözümü anlamına gelebilir. Daha fazla kendini sevmek istiyorsan, ilk zorluk kendini sevme resimlerini geliştirip geliştiremeyeceğini görmek. İki yıl önce kendini sevdiğini düşündüğün her şeye, büyük olasılıkla şimdi sahipsin. Yine de bir şekilde ona sahip olduğunuzda beklediğiniz kadar sevildiğinizi hissetmediniz. Şu anda ne istediğinize bakın ve "Bunun arkasındaki öz nedir?" diye sorun. Örneğin, yaşamak için yeni bir yer istiyorsanız, bunun ardındaki öz nedir? Gerçekten ne istiyorsun? Huzur ve sessizlik ya da daha fazla güneş ışığı olabilir. Tüm bu şeyleri şu anda farklı şekillerde elde edebilirsiniz.

Geleceği her düşündüğünüzde, "Ben hiçbir zaman işlerimi halledemiyorum" veya "Bunun neden başıma geldiğini bilmiyorum" veya "Keşke yapmasaydım" diye mırıldansanız bile, ona enerji yansıtırsınız. ." Yaptığınız her yorum enerjiyi geçmişe, şimdiye veya geleceğe yönlendiriyor. Eğer yapabilirsen

 geleceğe yolladığınız düşüncelerin yüzde birinin bile farkına varın ve onları geliştirin, bir ay içinde bugün tüm fotoğraflarınızı aşan hazzı tadarsınız. Kendiniz hakkında, bir arkadaşınıza ve hatta kendinize yaptığınız her açıklama bir gerçek haline gelir. Her an enerji yansıtırsınız. Daha iyi bir gelecek istiyorsanız, onun hakkında konuşun, hayal edin, başkalarına söyleyin. Kendiniz için istediğinizi ancak siz yaratabilirsiniz. Size verilmiş en büyük güç, onur ve armağandır.

OYUN KILAVUZU

1 | Hayatında anlamak istediğin bir durumu ele alalım; belki de onu neden yarattığınızı veya size ne öğrettiğini öğrenmek için. buraya yaz

2 | Sessizce oturun, gevşeyin ve gözlerinizi kapatın. Durumu elinizde tuttuğunuzu hayal edin. Bu duruma ışık aktığını hayal edin ve onu yüksek benliğinize bırakın. Kendinizi cevaplar alırken görün. Beş on dakika bu durumdan başka bir şey düşünme.

3 | Bu durum, içinden geçerken kişisel gücünüze ne şekilde katkıda bulunacak? Sana ne öğretiyor? Hangi ruh niteliklerini geliştiriyorsunuz (sevgi, sabır, hoşgörü ve güven gibi)? Bu durumu anladıkça daha hızlı atlatacaksınız.

7.

İç Görsellerini Geliştirmek: Gerçek Benliği Serbest Bırakmak

Vücudunuzun etrafındaki bir enerji matrisinde oturan, kim olduğunuza dair birçok görüntü taşıyorsunuz. görüntüler nedir? Onlar zihninizde tuttuğunuz gerçekliğin resimleridir. İyi ya da kötü olup olmadığınızı yargılamak, nasıl davranacağınıza ve konuşacağınıza ve kiminle birlikte olacağınıza karar vermek için onları model olarak kullanırsınız. Ayrıca sınırlarınızı ve limitlerinizi oluştururlar ve ne kadar ileri gidebileceğinizi belirlerler. Bir ömür, karanlıktan aydınlığa bir yolculuktur; görüntülerinizi geliştirerek hayatınıza daha fazla ışık getirebilirsiniz.

Hepinizin yaşadığı temel tanımlar var. Kendinizi güçlü, çalışkan, zeki, eğlenceyi seven, cömert, nazik, arkadaş canlısı biri olarak görebilirsiniz. Gerçeklik deneyiminizi, bir erkek ya da

kadın olarak kendinize ilişkin imajınıza dayanarak yaratırsınız. Sınırlarınızı belirli resimleriniz belirler. Örneğin, kendinizi cömert görüyorsanız, ya her zaman cömert olmak zorunda kalacaksınız ya da cömert olmadığınızda kendinizi sert bir şekilde yargılayacaksınız.

Vonr*kendinizi bir erkek ya da kadın olarak tanımlamanız davranışınızı büyük ölçüde etkiler.*

Kadınların grup imajları, hizmet etmeyi, başkalarına bakmayı, ilişkilerden sorumlu olmayı, iyi olmayı, sevilmeyi içerir. Erkeklerin görüntüleri, iddialı ve güçlü olmaya ve duyguları görmezden gelmeye odaklanır.

Gerçekliğin birçok bakış açısı dinsel yetiştirilmeden gelir. Bir an için duraklayın ve içinize bakın. Çocukluğunuza geri dönün ve dinsel yetiştirilme tarzınızdan gelen evrenin doğası hakkında içinizde hangi imgeleri taşıdığınızı sorun. Kötü olduğunuzda sizi cezalandıran, iyi olduğunuzda sizi ödüllendiren bir Tanrı olduğunu düşünebilirsiniz. Karanlık tarafınızdan korkuyor olabilirsiniz. Bir dininiz olmadığını düşünebilirsiniz, ancak bu sezgilere ve yaratıcı benliğinize olan inanç olsa bile herkesin bir dini yönelimi vardır. Dini veya felsefi inançlar, insanların sahip olduğu en güçlü imajlar arasındadır; evrenin doğası hakkında ne düşündüğünüzü ve ona nasıl tepki verdiğinizi belirlerler. İyi olursan ödüllendirileceğini düşünüyor musun? Belirli davranış türlerinin iyi olduğunu ve diğerlerinin olmadığını düşünüyor musunuz? Bu fikirler genellikle dini geçmişinizden gelir.

Ailen resimlerinin çoğunu sana aktardı. Bu yaşamınızda üzerinde çalışmayı seçtiğiniz içsel ve dışsal benliğinizi bilince getirecek olan size verecekleri imgeler için ebeveynlerinizi seçtiniz. Bir an için anne babanı düşün. Onlar kim? bazılarını

düşün

para ve bolluk hakkındaki inançları. Bu inançlar hakkında iyi ya da kötü hisleriniz var mı? Ebeveynlerinizin birbirleriyle olan ilişkileri hakkında ne hissettiğini veya hissettiğini düşünün. Sizinle aynı cinsiyetten olan ebeveyni alın. Erkek ya da kadın olmakla ilgili neye inanıyor? O görüntüleri paylaşır mısın? Karşı cinsten ebeveyninizi düşünün. Hangi görüntüleri var? Kendinizi ilişkilerinizde bu kalıplardan herhangi biriyle görüyor musunuz?

Bir çemberin ortasında durduğunuzu ve yakın olduğunuz tüm insanların etrafınızda olduğunu hayal edin. Her arkadaşın kim olduğuna dair bir vizyonu vardır. Bu çemberin içinde dururken, arkadaşlarınızdan aldığınız görüntüleri bilince getirmenize izin verin. Çok yakın olduğunuz biriyle karşı karşıya olduğunuzu farz edin; bir koca, bir eş, bir arkadaş, sevilen biri. Bu kişi kim? Size kim olduğunuzla ilgili hangi resimleri gönderiyor? Bu kişiye hangi görüntüleri gönderiyorsunuz? Ne gönderdiğinizi düşünürken, şu anda bu kişinin ruhuna bakın ve onun gelişmesine yardımcı olacak gönderebileceğiniz görüntüler olup olmadığını sorun. İnsanların potansiyellerine odaklanarak büyümelerine yardımcı olabilirsiniz. Bu kişinin size hangi resimleri tutmasını isterdiniz? Size bu görüntüleri gönderdiğini görün.

Fay*İnsanlara gönderdiğiniz resimlere dikkat edin. Onları geride mi tutuyorsunuz yoksa görüntülerinizle daha yükseğe çıkmalarına yardımcı oluyor musunuz?*

İnsanlar, sahip olduğunuz görüntüleri kesinlikle alırlar. Çoğu zaman, uzun vadeli ilişkiler hayatta kalamaz çünkü insanlar birbirlerinin resimlerini değiştirmeye istekli değildir. Biri, diğerinin bu davranışı değiştirmek istemesinden çok sonra, olgunlaşmamış ve sorumsuz olduğuna dair eski bir imaja tutunabilir. Bu imaj nedeniyle, diğerinin değişmesi daha zor olabilir. Hepiniz kendinizi, sizin çok eski görüntülerinizi tutabilen anne babanızın çevresinde deneyimlediniz. Bazen onlara yeni bulduğun gücünle, büyümüş ve olgunlaşmış olarak gidersin ve beş dakika içinde eski, olgunlaşmamış rolleri canlandırdığını fark edersin. Kendinizden mutsuz olmak yerine, anne babanızın sizin hakkınızda sahip olduğu imajlara bakma fırsatını kullanın ve başkalarının kim olduğunuza ilişkin görüşlerinden ne kadar etkilenebileceğinizi anlayın.

Başkalarının size ait fotoğraflarının farkına vardığınız anda onlara telepatik olarak daha yüksek bir görüntü gönderin. Çoğu zaman onların resimlerini sorgusuz sualsiz kabul edersiniz ve sadece kabul etmekle kalmaz, aynı zamanda canlandırırsınız. Bunu yaptığınızda, kendi senaryonuzu yazmak yerine başkalarının senaryolarını kendiniz için yaşıyorsunuz. Onların sahnesinde dans ediyorsunuz. Bunu yaptığınız sürece, sizinle ilgili yüksek düşüncelere sahip olmayan insanların etrafınızda olması size zarar verecektir. Ancak görüntülerini tanımayı öğrendiğinizde, onlara kendi yeni fotoğraflarınızı göndererek onları değiştirmeye başlayabilirsiniz. O zaman, onların yanında olmayı seçerseniz, görüntülerinden etkilenmeden onların yanında olabilirsiniz.

Kendinizi katı bir içsel imgenin pençesinden kurtarmanın bir yolu, onu zihninizde abartmaktır. Anne babanızın yanında çocuk gibi davrandığınız veya eski davranışlara düştüğünüz için kendinizi eleştirdiğinizi varsayalım. Anne babanızın yanında bu şekilde davranmaya direnmek yerine, bunu kendi içinizde abartın. Gerçekten bir çocuk gibi davranmaya başlayın. Bu, o görüntülerin ne olduğunu daha net görmenizi sağlar.

Görüntülerinizi abarttıkça onlardan kaçmayı ve onlardan korkmayı bırakırsınız ve onlar da sizi kontrol etmeyi bırakır. Çoğu zaman abarttığınız davranış, esprili yönünüzü tetikler ve bu da sizi o davranışın pençesinden kurtarır.

Kendi zihninizde tekrar tekrar parıldayan o saplantılı düşünceleri ve resimleri değiştirebilir veya yok edebilirsiniz. Bazen acının resimleri ya da birinin sizi terk ettiği ya da incittiği bir zamanın ya da istediğinizi elde edemediğiniz bir zamanın anılarıdır. Birçok insan sürekli bir olumsuz resim akışı yaşar. Çoğu kültürel bir kıtlık, yeterli olmadığı, çok çalışmanız ve istediğinizi elde etmek için mücadele etmeniz gerektiği, bir başkasının başarısının sizinkinden çaldığı imajından gelir. Bu, insanların değişmek için birleştiğini gördüğüm bir görüntü. Yeni Çağın öncüleri, ruhsal dönüşümü, yüksek bilinci ve sevgiyi öğrenen insanlar, dünyaya bolluk resimleri de dahil olmak üzere yeni, daha yüksek, daha hafif görüntüler yayınlamak için çalışıyorlar.

İnsanlar için resimleri kavramak, sözcükleri kavramaktan daha kolaydır.

Spiritüel bir öğretmen olarak, düşünce dürtülerim aracılığıyla sürekli olarak enerji yayınlıyorum, sevgi ve barış görüntüleri aktarıyorum. Birinin değişmesini istiyorsanız, onun resimlerini gönderin. Örneğin, bir kişinin daha üretken olmasını istediğinizi varsayalım. Eleştirmek yerine (bu olumsuz bir resim gönderir ve değişmesini istediğiniz davranışı pekiştirir), kişinin üretken olduğunu hayal edin. Kişinin başarısızlığına dikkat çekmek yerine, daha fazlasını görmek istediğiniz üretkenliğin her bir örneğini takdir edin ve övün. Resminizle ona yardımcı olacaksınız. Ve kişi değişse de değişmese de aranızdaki enerjinin hafiflediğini göreceksiniz.

Kıskançlık veya acı gibi bir ilişki hakkındaki saplantılı düşünceler ve hisler, genellikle zihninize kıyasla çok gelişmemiş olan duygusal auranıza kilitlenir. Aklınıza ve zekanıza duygularınızdan daha fazla değer vermeniz öğretildi, bu nedenle zihni geliştirmeye duygulardan çok daha fazla dikkat gösteriliyor. Duygularınızın pençesinden ne kadar özgürsünüz? Zihninizde taşıdığınız resimlerin farkına varmanız çok önemlidir. Kendinizi tekrar tekrar olumsuz bir resimle yanıp sönerken bulduğunuzda, bu sadece duygularınızdan ilgi ve yardım ve en önemlisi aşk için bir çığlıktır. Örneğin, aşırı derecede kıskanç hissediyorsanız ve sevdiğiniz kişinin başka birini görmesini sürekli olarak zihninizde canlandırıyorsanız, içinizde yüksek benliğiniz tarafından reddedilmiş veya terk edilmiş hisseden bir yanınız vardır.

Ruhunuz, tüm parçalarınızı bütünleştiriyor ve onları daha yüksek bilince çıkarıyor. Saplantı derecesinde acı veren imgeler, beslenmeyi, sevilmeyi ve yüksek benliğinizle birleşmeyi en çok arzulayan parçanızın haykırışıdır. Negatif resimleri gösteren kısmı yakalarsanız, o resimleri sembollere dönüştürün. Biri sizi uzaklaştırıyorsa, onun içinizdeki bir enerjiyi simgelediğini görün. Onun, yüksek benliğinizi uzaklaştıran bir parçanızı temsil ettiğini hayal edin ve kendinizi o parçayı kucakladığınızı ve sevdiğinizi hayal edin.

Herkesin görüntülerinde ya da düşüncelerinde hafif, neşeli ya da yüksek olmayı istemeyen bir yanı vardır. O tarafı alın ve onu güneş ışığına maruz bıraktığınızı, temiz hava solumasına izin verdiğinizi hayal edin; karanlık veya kasvetli tarafınıza gelen ışığı görselleştirin. Saatler içinde daha az olumsuz hissedeceksiniz. Bu tarafın kontrolü ele geçirmesine her izin vermediğinizde, iradenizi güçlendirir ve yüksek benliğinizle bağlantınızı artırırsınız.

"Ben iyi bir insanım, ben manevi bir insanım, ben sevgi dolu bir insanım" gibi inançlar hem davranışlarınızı belirler hem de sizi sınırlayabilir. Kendinizi "Ben iyi bir insanım" gibi sabit bir

imajla tanımlarsanız, yaptığınız şeyleri sürekli olarak iyi ya da kötü olarak yargılarsınız. Güzel sizin için katı bir şekilde tanımlanmışsa, örneğin "iyi insanlar her zaman teşekkür eder" gibiyse ve sevdiğiniz biri bunu söylemiyorsa, ya iyi tanımınızı değiştirmeniz ya da arkadaşınızın hoş olmadığına karar vermeniz gerekecektir. Esnek olmayan bir görüntü sizi kutuplar dünyasına hapseder; doğruya karşı yanlış, iyiye karşı kötü. Kendinizin ve diğer insanların kim olduğuna dair tanımlarınızı genişletin. Görüntülerinizi inceleyin ve kilidini açın, yargılayıcı ve kapalı olmaktansa esnek ve açık olmalarına izin verin. Tüm eylemlerinizi, nasıl olmanız gerektiğine dair sabit görüntülerle karşılaştırdığınız sürece,

Görüntüleri serbest bırakmak için bilinçli olarak onların farkına varın. Bilinçli zihninizi onurlandırın. Huzurlu bir haldeyken kendinizi analiz etmek için harcadığınız zaman, bilinçaltınızı bilince getirir; bu süreç sayesinde evrim gerçekleşir. Olumsuz veya sınırlayıcı bir öz imaj bulduğunuzda, içine ışık geldiğini hayal edin. Başka bir şey yapmanıza gerek yok. (Daha fazla enerji koymak istiyorsanız, bir sembol bulabilir ve onunla oynayabilir, sembolü iyileştirebilirsiniz.) Resme ışık geldiğini hayal etmek bile onu değiştirecektir. Hayal gücünüzü bilinçli olarak kullanın.

Ne istiyorsun? Ne istemediğinizi düşünerek çok fazla zaman harcayabilir, zihninizi ve ruhunuzu size yapılan yaralanmaların veya yanlışların resimleriyle doldurabilirsiniz. Bu resimleri zihninizde her canlandırışınızda, onları kelimenin tam anlamıyla geleceğe gönderiyor ve yeniden yaratıyorsunuz. Olumsuz şeyler, yalnızca taşıdığınız ve yüksek iyiliğinizle uyumlu olmayan bir imajı size göstermek için başınıza gelir. Olumsuz yanıt verdiğiniz, sorun olarak gördüğünüz her şeye, dikkatinizi iyileşmeye ve daha fazla ışığa ihtiyaç duyan bir yanınıza çektiğiniz için teşekkür edin.

KullanmakNeden *burada olduğunuza dair bir vizyon yaratmak için gidebileceğiniz en yüksek şifa yolunu resmetmek için hayal gücünüz.*

Kendinize, "Hayatımla yapabileceğim en ruhani şey nedir?" diye sorun. Yarattığınız formların ötesinde, en yüksek amacınız nedir? Yapmak istediğin en önemli şey nedir? Ruhunu geliştirmek istiyor olabilirsin. Rahatça başa çıkabildiğiniz kadar hızlı büyümek veya şifa yayınlamak isteyebilirsiniz. Bu vizyonu her gün tutun. Hayal gücünüzle olabildiğince yükseğe çıkın. Mükemmel hayatınız hakkında hayal kurun. Ne kadar yükseğe çıkarsanız, büyümenize uymayan imajlar ve düşünce formları o kadar çabuk çözülür. Sadece bir veya iki yıl ileriye uzanmayın ve "Bu yaşam boyunca en büyük başarım ne olabilir?" diye sorun. Form veya nasıl yapacağınız konusunda endişelenmeyin. Ne zaman bir resim veya vizyon oluştursanız, daha da büyük bir resmin kapısını açmış olursunuz. Önünüzde bir görüntü tutun. O görüntünün enerjisinin bedeninize girmesine izin verin. Yaptığınız her şeyde bilinçli olarak ışığın farkına varın ve bu yaşamda hızla gelişeceksiniz.

İçinizde taşıdığınız her görüntüyü diğer insanların size geri yansıtacağını bilin. Size olumsuz bir şey söylerlerse ve güçlü bir tepki uyandırırlarsa, kendinize ait değiştirmeniz gereken bir imajı size geri yansıttıkları için onlara teşekkür edin.

"Güçlüyüm, kendimi gerçekten seviyor ve değer veriyorum, yeterince param var, yeterince sevgim var" gibi imajlar taşıdığınızda. size geri gönderilen bu görüntüleri görmeye başlayacaksınız. Bilinçli olarak başkalarına daha yüksek görüntüler gönderin. Yaptığınız her şeyde yüksek benliğinizin bir vizyonunu tutun. Karşılaştığınız herkesteki yüksek benliği onurlandırın ve bunun sizde onurlandırıldığını göreceksiniz.

OYUN KILAVUZU

1 | İstediğiniz kadar kelime kullanarak kendinizi tanımlayın. Örneğin, "Ben manevi bir insanım."

2 | Şimdi bu açıklamayı genişletin, kim olduğunuzun daha da yüksek bir resmini yapın. Kendinizden mümkün olan en övgü dolu, parlak terimlerle bahsedin, tabii ki dürüst olun. Örneğin, "Ben çalışkan, sevgi dolu, diğer insanlara derinden değer veren bir insanım. Ruhsal gelişimime öncelik veririm. Elimden geldiğince sık koşulsuz sevgi uygularım." Bu tanımı olabildiğince yüksek ve sevgi dolu yapın.

3 | İkinci açıklamayı yazarken nasıl hissettiğinize dikkat edin. Kendinizi daha yüksek bir bakış açısıyla ne kadar çok görebilirseniz, kim olduğunuzu o kadar doğru bir şekilde görürsünüz.

8.

En Derin Gerçekliğini bulmak

Bu yaşam, gerçeğin en derin seviyesini bulma yolculuğudur. Hayatınızda mücadele etmenize veya acı çekmenize neden olan her durum, ruhunuza karşı dürüst olmayı öğrendiğiniz bir alandır.

Oynadığınız birçok rolünüz var ve farklı zamanlarda farklı gerçekleri deneyimliyorsunuz. Bir konuşmanın provasını yapabilirsin ama birini görmeye gittiğinde kendini tamamen farklı bir şey söylerken bulursun. Yani "Gerçek nedir?" diye soruyorsunuz. Bir an doğru olan, bir sonraki an doğru olmayabilir. Gerçek akışkan mı yoksa andan ana sürecek daha derin bir gerçek var mı? Hepiniz, birçok kimliğe sahip, kişilik düzeyinde akıcısınız. Ruhunuz, öz benliğiniz, o derin gerçeği barındırır.

Merhamet, kendinizi diğer kişinin yerine koyabilme yeteneğidir.

Gerçeği bulmak, kalbinizden gelmek ve ruhunuza yaklaşmak demektir. Gerçeği bulmak, her durumu ışığa tutmak demektir. O ışık nedir? Her şeyden önce kalpten gelir ve derin bir şefkat seviyesidir. Merhamet niteliğini geliştirirken, daha derindeki gerçeğinizden gelme yeteneğini geliştiriyor olacaksınız. Hepiniz, sizi onurlandırmayarak veya değer vermeyerek size acı veren insanları tanıyorsunuz. Onlardan alamadığınız bir şeyi isteyebilirsiniz. Bir iş düzeyinde veya kişisel düzeyde olabilir. Durum her zaman daha derin bir şefkat seviyesinden gelinerek ele alınabilir.

"En derin gerçeğimden gelmenin ne yararı var? Sanırım işleri normal yolumla ilerleyip halledeceğim." Fayda, çoğunuzun arzuladığı neşe, huzur ve dinginliktir.

Gerçek aynı zamanda duygu seviyesinden gelir. Kaç kez birini arama hissine kapıldınız ve siz bunu yaptığınızda onun sizi düşündüğünü fark ettiniz ve ona ulaşmak için mükemmel bir zamandı? Kaç kez birini arama zamanının gelmediğini hissettiniz, ama bunu görmezden gelip yine de aradınız ve aranızdaki enerjinin yürümediğini veya evde olmadığını fark ettiniz? Her biriniz, enerji algınıza ve içinizdeki gerçeği algılamanıza ince ayar yapma yeteneğine sahipsiniz. Bu derin içsel gerçeği nasıl buluyorsunuz? Yaşadığınız tüm görüntülerin ve oynadığınız rollerin dışına nasıl çıkarsınız?

Sen*acı çekmek ve büyümek için mücadele etmek zorunda değilsiniz.*

Daha derin gerçeğe açılan kapı farkındalıktır. Gerçeğin vizyonuna dikkat etmek ve onu sürdürmektir. Dürüstlükten ne kadar çok hareket ederseniz, o kadar çok gelişirsiniz.

Hayatınızda sizden doğruyu talep eden, varlığınızın daha derin bir düzeyine erişmenizi gerektiren her durum büyümek için bir fırsattır. Ne kadar çok acı ve mücadele yaşarsanız, daha derin seviyenizden geldiğinizde o kadar fazla enerji temizlersiniz. Hayatınızda zor veya acı verici görünen durumlara teşekkür edin. Bunların daha derin bir gerçeğe ulaşmak için fırsatlar olduğunu bilin. Sizi ayıracak, size öfke, intikam ya da haklılık getirecek ya da karşınızdakini haksız, sizi haklı ya da tam tersi yapacak bir gerçek değil, daha derin bir düzeyde bağlantı kurmanıza izin verecek bir gerçek. Enerjinizi daha yükseğe çıkarmak için içinize dönün ve diğer kişi hakkında ne hissettiğiniz veya ne düşündüğünüz gerçeğini kendinizden saklayıp saklamadığınızı sorun. Gerçeği görmene izin vermezsen,

Örneğin, eşinizden her zaman şefkat ve bakım istemiş olabilirsiniz. Bu daha derin ihtiyaçları karşılamayan ilişkilere giriyorsun ve kendine buna ihtiyacın olmadığını ve buna ihtiyacın olmadığını söylüyorsun. En derin gerçeğiniz, ona ihtiyacınız olduğudur ve bu gerçekle temasa geçene ve ona göre hareket edene kadar sürekli olarak acı yaşayacaksınız.

Doğruluk ve dürüstlükten hareket ettiğinizde ve konuştuğunuzda, enerjinizi hafifletirsiniz. Auranız sis gibi. Gerçeği her söylediğinizde, etrafınızdaki enerji daha ince ve daha hafif hale gelir, ta ki güneş ışığı onun içinden vücudunuza girene kadar. Dış hayatınızdaki her dram, iç hayatınızdaki bir

dramın yansımasıdır. Dış yaşamınızda etkileşim halinde olduğunuz her insan, içinizde sürmekte olan bir enerji etkileşimini sembolize eder. Hayatınızda mücadele ettiğiniz bir kişiyi düşünün. Kendinize onun gözünden baktığınızı hayal edin. Kendinizi onun yerine koyun. Kalbinize gidin ve o kişiyle derin, şefkatli bir hakikat seviyesinden geldiğinizi görün. Aranızdaki enerji hafifledikçe karşınızdakinin neşeyle karşılık verdiğini görün. Birine kızgın veya küskün hissediyorsanız, ve en derin gerçeğinizden geliyorsanız, onunla rekabet halinde olduğunuzu veya sizi hayal kırıklığına uğratsa bile o kişiyi gerçekten sevdiğinizi fark edebilirsiniz. O yerden incinmeyi bırakabilir ve bu kişiyle sevgiyle konuşabilirsiniz.

Her kişi ve olay size enerjinizi temizleme, kendinizi geliştirme ve daha yükseğe çıkma fırsatı sunar. En büyük ödül, bir sorun çözüldüğünde bir daha asla onunla uğraşmak zorunda kalmamanızdır. Kendine zarar vermediğin sürece başka biri tarafından incinemezsin. Kendinize değer vermediğiniz ve sevmediğiniz sürece ihanete uğrayamazsınız, değer verilmeyebilir veya sevilmeyebilirsiniz.

Sen*en büyük güce, kendini iyileştirme yeteneğine sahipsin.*

Kendinizi iyileştirdiğinizde, iç mücadelenizi temsil eden etrafınızdaki her şey çözülür. Gerçeği derin bir şefkat seviyesinden söyleyerek kendinizi iyileştirebilirsiniz. Örneğin, birisinin duygularınıza değer vermediğini düşünüyor olabilirsiniz. Gerçeğe bir seviye daha derinden baktığınızda, kendi kendinize, "O sadece kendisi gibi davranıyor ve kimsenin, sadece benim değil, duyguların pek farkında değil" diyorsunuz. Veya, "O da acı çekiyor ve beni incittiğinin farkında değil." Daha derine baktığında, sana böyle davranmasına izin verdiğini,

kendi duygularına da değer vermediğini ve birçok kez konuşmak istediğini görüyorsun. Acıdan kurtulduğunuzu ve diğer kişiyi kabul ettiğinizi hissedene kadar daha derine bakmaya devam edebilirsiniz.

İçinizdeki farklı kişiliklere bakın. Biri çok güçlü, diğeri yaptığınız her şeyi kayıtsız bir şekilde gözlemliyor, diğeri genç ve duygusal, diğeri ise çok bilge. Çevrenizde olup biten herhangi bir drama varsa, içinizde çeşitli parçalarınız arasında devam eden bir drama olduğundan emin olabilirsiniz.

Bir kadın, açıkladığı bir sır bir başkasına söylendiğinde kız arkadaşı tarafından ihanete uğramış hissetti. Daha yakından incelendiğinde, gerçek benliğine birçok yönden ihanet ettiğini ve dış dramanın kendisine ne yaptığını göstermek olduğunu fark etti.

Şefkatten gelmek, hakikatten gelmek demektir. Kendinizi haklı çıkardığınız, egodan geldiğiniz, ne kadar büyük olduğunuzdan veya ne kadar haklı olduğunuzdan bahsettiğiniz için birine ne söyleyeceğinizi ne sıklıkla zihninizde prova ediyorsunuz? Kendinizi bir durumu zihinsel olarak prova ederken bulduğunuzda (hepinizin defalarca yaptığı gibi), "Daha derin bir hakikat seviyesinden gelebilir miyim?" diye sorun. Her zaman daha sevgi dolu, anlayışlı ve şefkatli olmanın bir yolunu bulabilirsiniz.

En derin gerçeğinizi bulmak, içinize bakmak demektir. Başkalarını suçlamamak, mağduru oynamamak ve kendinize acıyarak zaman harcamamak demektir. Herhangi bir duruma daha derinlemesine baktığınızda, her zaman onu kendi gelişiminiz için hazırladığınızı görebilirsiniz. Kendinizi kurban olarak hissettiğiniz her durumda, neler olup bittiğine dair her zaman bir sezgiye sahipsiniz ve bir şeyleri değiştirme fırsatlarını göz ardı ettiniz.

Sizi gerçekten rahatsız eden şeylere daha derinden baktığınızda, size bir fikir önermek istiyorum: Üzüldüğünüz

hiçbir şeyin nedeni ne düşündüğünüz değildir. Örneğin, arkadaşınızın sizi yapmadığınız bir şeyi yapmakla suçlamasına üzülebilirsiniz. Daha derin bir inceleme yaptığınızda, siz onu çözene kadar farklı insanlarla sahne değiştirerek tekrar tekrar oynanan eski bir acının yeniden yaratılmış hali olduğunu göreceksiniz. Yapmadığınız şeylerle suçlandığınız bir çocukluk dramasının yeniden canlandırılması olabilir. Şu anda hissettiğiniz acı, öfke veya içerleme neredeyse her zaman benzer bir çocukluk deneyiminden gelir. Acının ötesine geçebilmek için acıyı yeniden yaratırsın. Bir daha birine kızdığında, dur. Gözlerini kapat ve içeri gir. Daha önce benzer deneyimler yaşadığınızı görün. Bazı çocukluk kararlarını yeniden yaşadığınızı ve şimdi bunun hayatınızdaki bu kalıbı sona erdirmek ve en derin gerçeğinizden gelmek için bir fırsat olduğunu fark edin. Diğer insanların, yalnızca gelişmenize yardımcı olmak için sizinle birlikte belirli rolleri oynamaya çekildiklerini fark edin. Onlara karşı sahip olduğunuz tüm öfke veya suçlamaları bırakın.

Sen*gerçeğinizi bilme yeteneğine sahip olun.*

Gerçek şu ki sen harika bir varlıksın; içinizde her zaman yüksek bir seviyeden gelecek şefkat, cesaret, güç ve bilgelik var. Kim olduğunuzun büyüklüğünü yansıtmayan roller oynarsınız, ancak bunlar yalnızca rollerdir ve gerçek benliğiniz değildir.

Aklınıza gelen düşüncelerin ne kadar farkında olursanız, içinizde meydana gelen dram üzerinde o kadar fazla kontrole sahip olursunuz. Düşüncelerinizi küçük adamlar olarak düşünebilirsiniz, bir, iki, üç. Her birini durdurup ışığa tutabilseydiniz, daha iyi düşünme yolları bulurdunuz. Sahip olduğunuz her düşünceyi alıp gerçekten doğru bir ifade olup olmadığını görmek için incelemek bir dikkat ve farkındalık meselesidir.

Hakikatten gelmek, enerjiye dikkat etmek demektir. Çoğu zaman, durum o kadar acı verici hale gelene kadar neler olduğunu fark etmezsiniz, içe dönmeniz, meditasyon yapmanız, düşünmeniz ve kendinizi başka birinin yerine koymanız gerekir. O

durumu yaratmanızın tüm nedeni olabilir. Bunları sık sık yapsaydınız, hayat daha kolay olurdu. Rahatsız olduğunuzda içinize çekilip şefkatle kalbinizi açsanız işler kriz boyutuna gelmez.

İnsanlara ne söyleyeceğinizi zihninizde her prova ettiğinizde, onlarla gelecekteki etkileşiminize enerji gönderiyorsunuz. Gerçek iletişiminizde daha derin ve daha şefkatli bir seviyeden gelebilmek için sıklıkla prova yaparsınız. Bunu zihinsel provanın hedefi haline getirebilirsen, ilişkilerinin düzeldiğini göreceksin. Kendinizi korumak veya haklı çıkarmak veya başka bir kişiden bir şey almak için prova yapıyorsanız, onunla konuşurken kendinizi rahatsız hissedeceksiniz. Daha fazla enerji harcamasına ve belki de daha fazla mücadeleye yol açacak olan tamamlanmamış bir iletişiminiz olacak. Bu nedenle, birine kızdığınızda, öfkeyle hareket etmektense, en derin gerçeğinizin sevgi dolu alanından gelene kadar beklemek daha iyidir.

Başka birinin gözlerine bakıp en derin gerçeğinizden gelmek neden bu kadar zor? Kaybetme korkusundan mı? Daha derindeki varlığını ortaya koyarsan sevilmeyeceğin korkusu mu? Bazılarınız için bu, savunmasız olma korkusudur. "Ben güçlüyüm ve yenilmezim, ben mükemmel bir insanım" diyen rolleri oynamak, duvarları yıkıp başka birine kim olduğunuzu göstermekten genellikle daha kolaydır. Kaybedecek bir şeyiniz olmadığında, en derin gerçeğinizden çıkmak kesinlikle daha kolaydır. Evren sizi en derin gerçeğinizden gelmeyi deneyimleyebilmeniz ve böylece bir ilişkiyi temizleyebilmeniz için kaybedecek hiçbir şeyinizin olmadığı bir duruma sokabilir. Ama doğruyu söylemek için kaybedecek hiçbir şeyin kalmadığı noktaya gelmene gerek yok.

Şu anda önünüzde, bir sorunu çözmek veya aranızdaki ilişkiyi iyileştirmek istediğiniz herhangi birini hayal edin. Karşınızdaki kişinin yüzünü, size tam bir anlayış ve şefkatle bakan gözlerini görün. Gerçeğinizi kabul eden kişiyi hayal edin. Zihinsel olarak ona ikinizi de daha yükseğe çıkaracak bir şey söyleyin.

Gibi*birine ne söyleyeceğinizi düşünür, en derin gerçeğinizin imajını tutar ve onu ifade etmenin sevgi dolu yollarını uygularsınız.*

Her prova yaptığınızda, daha verimli ve kendinden emin olursunuz ve kendinizi ifade etmenin daha da iyi bir yolunu bulursunuz. Kendinize karşı nazik ve nazik olun. Gerçeği ilk kez söylemeye başladığınızda, onu daha iyi yapmadığınız için sizi eleştiren bir parçanız olduğunu fark edebilirsiniz. Kendinizi geçmiş olayları gözden geçirirken bulursanız, konuşma veya davranış biçiminiz konusunda kendinizi yanıltmayın. Bunun yerine, bildiğinizin en iyisini yaptığınızı görün. Enerjiyi geriye veya ileriye gönderebilirsiniz, böylece kalbinizden gönderdiğiniz enerji geçmişteki bir durumu iyileştirebilir. Öğrendiklerinizin gerçeğinizi açtığını kabul edin.

Belirli bir düzeyde, herkes birbiri hakkındaki gerçeği bilir. Gerçeği görmemeye çalışabilirsiniz, ama aslında bir düzeyde bunu biliyorsunuz. Birbirinden saklanmak yok ve buna gerek de yok. Sen muhteşem, güzel, canlı bir insansın, bildiğinin en iyisini yapıyorsun. Hepiniz birbirinizin derinden farkındasınız ve sözlerinizi ve eylemlerinizi tam olarak bu farkındalıkla eşleştirdiğinizde, gelişiyorsunuz. Anlayışlı ve sempatik olmayan bir imaja sahipseniz, fikrinizi söylemenin, konuşmanın kibar olmadığını düşünebilirsiniz. Duygularınızı gizleyerek birine iyilik yaptığınızı düşünebilirsiniz, ancak tek çıkış yolunun gerçeklerden geçtiği bir drama kuruyor olabilirsiniz. Gerçeği konuşacak kadar uzaklaşmak için gereken buysa, bir ilişkiyi bitirmek zorunda bile kalabilirsiniz.

En derin gerçeğinizi onurlandırmak, size ve diğer kişiye büyük bir hediyedir.

Bu, gerçeğin diğer kişiyi haksız çıkararak ifade edilmesi gerektiği anlamına gelmez. En derin gerçeğiniz, kendiniz ve karşınızdaki kişi için sevgiyle konuşulacaktır. Söyledikleriniz diğer kişiye zarar veriyorsa veya zarar veriyorsa, o zaman en derin gerçeğinizden, yani her zaman sevgi dolu olandan gelmemişsiniz demektir.

Örneğin, bir kadın, daha sonra onu başka bir kadın için terk eden bir adamla çıkıyordu. Çok incinmişti ve yüzeyde ona saldırmak ve kendisini daha az hissetmesini sağlamak istiyordu. Kendini incinmiş ve reddedilmiş hisseden ilk eğilimi, onu haksız çıkarmaktı. Daha derin gerçeğiyle temasa geçtiğinde, onu gerçekten sevdiğini fark etti, onun bir arkadaş olmasını istedi ve geçmişte yaptığı şeyin - kalbini kapatıp çekip gitmenin - onun gerçeği olmadığını gördü. Kendini incinmiş hissetse de, acının altında yatan sevgiyi fark edebildi ve bu sevgiyi iletişiminde ifade edebildi. Birkaç ay içinde adam, kalbinde ona karşı yeni bir saygı ve sevgi düzeyiyle ona geri döndü.

Birçoğunuz gerçeğin imajını taşıyor, ama yine de kim olduğunuz konusunda kendinizi kandırıyorsunuz. Kendinizi bir kurban olarak hayal ettiğinizde bunu yaparsınız, çünkü siz bir kurban değilsiniz; sen yüksek, güçlü bir varlıksın. Güzelliğinizi, bilgeliğinizi ve gücünüzü kabul etmediğiniz her an kendinizi kandırırsınız. Kendinizi ne zaman kendinize acıma veya depresyon duygularına kapılırken bulsanız, kendinizi kandırıyorsunuz ve kendi gerçeğinizden çıkmıyorsunuz. Kendinizi aldattığınızda, o enerjiyi içinizde taşırsınız ve etrafınızdaki dünyada onun ortaya çıktığını görürsünüz. Kendinize güçlü olmadığınızı söylüyorsanız, enerji alanınızda bir

rezonans oluşturmaya başlarsınız ve bu düşünceyi yansıtan insanları ve olayları kendinize çekersiniz. Enerjinizi temizledikçe, kim olduğunuz konusunda dürüst olun, evren de bu gerçeği yansıtacaktır.

Biriyle iyileştirmek istediğiniz bir durumu ele alın ve en bilge yanınızın -en yüce varlığınızın, kendine güvenen, güçlü, sevgi dolu yanınızın- bu sorunu hallettiğini hayal edin. Karşınızdaki kişinin yüzündeki gülümsemeyi görün ve zihninizdeki kişiyle konuşun. Kendinizi özgüvensiz ve kibirli olmayan bir şekilde konuşurken bulduğunuzda, önce bildiğiniz en iyi şeyi yaptığınızı kabul edin. Tüm parçalarınızı takdir edin. Yüksek kısmı doğru ve duygusal kısmı yanlış yapmak sizi iyileştirmeyecek. Benliğinizin daha yüksek kısmına odaklanmaya devam edin ve güvensiz tarafınıza sevgi verin, o gelişecektir.

Zihninizde sahneleri prova ederken izleyin. Kendinizi rollerinizi oynarken gözlemleyin; karşınızdakinden beklediğiniz tepkiye bakın. Beklediğiniz şeyi sıklıkla elde ettiğinize dikkat edin. Zihninizde, kendinizi diğer kişinin yerine koyarak, en sevgi dolu ve şefkatli bir şekilde gerçeğinizi serbest bıraktığınız ve konuştuğunuz bir vizyon tutun. Bunu ilişki için yapabileceğiniz en yüksek ve en iyileştirici şey olarak görün. Diğer kişinin sıcak bir anlayışla yanıt verdiğini hayal edin. Bunu kesinlikle bir neşe ve enerji duygusu takip edecektir, çünkü gerçeği saklamak, inkar etmek ve görmemek, onu görmek, konuşmak ve ona göre hareket etmekten çok daha fazla enerji gerektirir.

Başlangıçta açılmak enerji gerektirebilir, ancak genel sonuçları göz önünde bulundurun: Düşünmek için harcadığınız zaman miktarı.

durum hakkında ve hissettiğiniz acı sona erecek. Saatlerce boş zamanınız olacak. Tüm bu fazladan zamanla ne yapacaksın?

Kendinizi herhangi bir aldatıcı durumdan kurtardığınızda, yaratıcı enerjiyi serbest bırakırsınız. Konuşurken, sözlerinizle doğruluk ve kesinlik alıştırması yapın. Duygusal yanlış temsil etme eğilimini ortadan kaldırmak için yaptığınız her ifadeyi ve üstlendiğiniz tavrı dikkatle izleyin. Ayrıntıları gereğinden fazla vurgulamayın veya olağan ve sıradan olanı olağandışı ve sıra dışı olacak şekilde abartmayın. Şeylerin gerçekte oldukları gibi gerçek bir resmini üretme yeteneğini geliştirin ve bu, fiziksel gerçeklikte istediğinizi yaratmanıza yardımcı olacaktır. Sözlerinizi gerçekle eşleştirdikçe, enerjiniz daha da yükselecek. Daha fazla fiziksel enerjiye, daha fazla huzura ve insanlarla daha iyi bağlantılara sahip olacaksınız. Seninle daha derin bir hakikatten gelmek istemeyen arkadaşların yerini, bunu yapan yeni insanlar alacak. Yaşlı,

OYUN KILAVUZU

1 | Hayatında gerçekleri sakladığın biri var mı? Ona gerçekten ne söylemek istediğinizi yazın. Yargılamadan ortaya çıksın.

2 1 Şimdi onu yazdığınıza göre, hakikatin daha derin, daha yumuşak, daha şefkatli ve diğer kişiyi sevgi dolu bir birey olarak kabul eden daha derin bir düzeyi var mı? Yukarıda yazdıklarınızı tekrar yazın.

3 | Aranızdaki asıl sorunu görene kadar bunu yapmaya devam edebilirsiniz. O zaman gerçeği serbest bırakırken aranızda ışık ve neşe hayal edin.

IX

Işığa Yolculuk: Daha Yükseklere Çıkmak

Evrende, daha kaba veya daha yoğun seviyelerden büyük üstatlık seviyelerine kadar pek çok enerji seviyesi vardır. Daha kaba seviyeler, ağır duygular ve olumsuz düşünceler olarak var olur. Daha yüksek seviyeler kutupların, iyinin ve kötünün, duygu fırtınalarının ötesindedir. Artan sevgi, ışık ve kişisel güç seviyeleridir. Her seviyede dersler vardır ve daha yükseğe çıkmanın en kolay yollarından biri, dersleri büyümek için zorluklar ve fırsatlar olarak kabul etmektir. Daha yükseğe çıktıkça zorluklar durmaz ama doğaları değişir. Zorluklar olmadan büyüyemezsin. Onlara karşı tavrınız ya daha yükseğe çıkmanıza ve daha hızlı büyümenize yardımcı olur ya da sizi yoğun seviyelerde daha uzun süre tutar.

Sorunlardan ne kadar hoşlanmazsanız, yolunda gitmeyen şeylere ne kadar isyan ederseniz, sorunlarınız o kadar uzun süre sizinle kalır. Bu daha yoğun enerji seviyeleri bataklık gibidir, sizi aşağı çeker. Onlara kapıldığın zaman, düşüncelerin sorun olarak

gördüğün şeyler etrafında döner. Siz daha yüksek seviyelere çıktıkça, düşünceleriniz de hareket eder ve ruhunuzun neler başarabileceğini, ruhunuzun kişiliğinizi nasıl geliştirebileceğini ve ruhsal yolunuzu nasıl takip edebileceğinizi düşünmeye başlarsınız. Her biriniz kendi yolunuzla kendinizi tanımaya çalışıyorsunuz. Enerjiyi hissetmek için, kendinizi bilmelisiniz; enerji ve zamanı kendinize koyun ve kim olduğunuzun ve ne düşündüğünüzün farkına varın. Düşüncelerinize dikkat ederek öz farkındalığınızı artırabilirsiniz. Bunları kaydedin ve kategorilere ayırın. Her kategoride, yakın bir ilişki hakkındaki düşünceler gibi, düşünme seviyenizin ne kadar yüksek olduğunu görün. Olumsuz veya kendine zarar veren düşünceler yoğun veya alt taraftadır; olumlu, iyimser veya iyileştirici düşünceler daha ince, daha yüksek taraftadır.

Daha yoğun enerji seviyelerinden daha yüksek enerjiye çıkmanın bir yolu iradeniz ve niyetinizdir. Daha yükseğe çıkma niyetinde olduğunuzu onaylayarak daha yükseğe çıkabilirsiniz. Sorunlarla mücadele etmek veya sorunlarla mücadele etmek sizi çıkmaza sokar. Bazen zihin tartışmaya, direnmeye ve mücadeleye dahil olmayı sever, bu da sizi düşük enerjilerde tutar.

Çözemeyeceğiniz bir sorunla her karşılaştığınızda, daha yükseğe çıkma iradeniz ve niyetiniz olduğunu kendinize onaylayın. Hayal gücü, ne olmak istediğinize dair bir vizyon yaratarak sizi daha yükseğe çıkarma yeteneğine sahiptir.

Kendinizi yanlış yerine doğru yapma yeteneği, daha hızlı büyümenize yardımcı olacaktır.

Nedenini anlasanız da anlamasanız da, yaptığınız her şeyin gelişiminiz için mükemmel olduğunu onaylamayı öğrenin.

Çoğunuz aynı anda hızlı bir şekilde tekamül etmek isteyerek, hızlı bir tekâmül rotası seçtiniz. Birçoğunuz, yavaş ve kademeli bir yol yerine dik bir büyüme yolu seçerek, bu yaşam sırasında ruhunuzun yolculuğunun birçok bölümünü tamamlamak istiyorsunuz.

Gezegenin dönüşümü, benliğin dönüşümüyle başlar. Evrim, daha yükseğe çıkma kararlılığı ve niyetiyle başlar. Düşüncelerinize ve duygularınıza dikkat edin ve yaşadığınız zorluklardaki mesajların farkında olun. Sorunlara takılıp kalmaktan kaçının; onlara önünüzde değil de yanınızdaymış gibi bakın. Ne istemediğinizden çok ne istediğinize odaklanın. Daha yükseğe çıkmayı planladığınızı evrene kanıtladığınızda, ne yapmanız gerektiğine dair yeni içgörülerle dolup taşacaksınız. Evren size yolu göstermeye başlayacak.

Birçoğunuz mücadelelerinizin aşılmaz olduğunu hissediyorsunuz. Bazılarınız bir başkasıyla derin bir sevgi ya da doğru bağlantı kurmak için mücadele ediyor. Bazılarınız görünümünüz, diyetiniz, beslenmeniz veya egzersizinizle boğuşuyor. Tartışabilirsiniz - bu doğru yol mu yoksa doğru yol mu? Hepiniz, sizin için doğru yolun ne olduğunu bilecek içsel bilgiye sahipsiniz. İçsel benliğinizi dinlerseniz bilgeliğe sahipsiniz. Şu anda size gelen bol miktarda bilgi var. Belki de hepinizin karşı karşıya olduğu en büyük zorluklardan biri hangi bilgiyi kullanıp hangisini kullanmayacağınızı bilmektir. Bilgi gezegeni dolduruyor. Okunacak kitaplar, ne yemeli, ne yememeli, nasıl hissetmeli, nasıl hissetmemeli tavsiyeler var. Tüm bu gerçeklerde büyük bir kafa karışıklığı görüyorum. Bazılarınız, kendinizi tüm doğru yiyecekleri yemeye zorlarsanız, tüm kuralları takip et ve sürekli kendin üzerinde çalış, mükemmel, gelişmiş bir insan olursun. Ego ve zihin, evrimin yapılandırılmasını ve formüle edilmesini ister; ruh öyle değil.

Çocukluk programlaması ve grubun bir parçası olma arzusu, size diğer herkesin yaptığı şeyin doğru yol olduğunu öğretir. Ama her biriniz tamamen farklısınız. Beslenme ihtiyaçlarınız,

egzersiz ve güneş ışığı gereksinimleriniz, ilişkileriniz, arzularınız ve işiniz farklıdır.

Evrim geçirmenin veya ruhunuzun yolunu izlemenin tek bir doğru yolu yoktur.

Sizin için en iyi olanı seçmek size kalmış.

Kendi enerjinizin farkındalığı, sizin için neyin iyi olduğunu size söyleyecektir. Evinizdeki tüm kitapları gördüğünüzde, tüm bu kilo verme süreçlerini duyduğunuzda, örneğin, kendinize "Ne deneyeyim?" bunun yerine "Ne yapmayı çok isterdim?" diye sorun. Yapmayı çok isteyeceğiniz şeyler, okumaktan keyif alacağınız kitaplar, denemek için sabırsızlandığınız şeyler size iyi geliyor. Yapmanız gerektiğini veya yapmanız gerektiğini düşündüğünüz şeyler, kim olduğunuza uygun değil. İrade gücünüzü, kendi deyiminizle, kendinizi yaratmak, başkalarının programlarını takip etmeye zorlamak için kullanabilirsiniz, ancak içsel benliğiniz her zaman yaptığınız şeyi geri alacaktır. O zaman kendinizi bir başarısızlık olarak etiketlersiniz veya irade gücünüzün olmadığını hissedersiniz. Sizi geliştirecek olan bildiğiniz şekliyle irade gücü değil, daha yükseğe çıkma niyeti ve değişikliklerin doğal olarak gelmesine izin vermedir. Duygularınızın andan ana akmasına izin verin, onlara göre hareket edin ve onları bilin. Örneğin, yemek yerken, sadece sessiz ve rahat olun ve kendinize neyi canınızın çektiğini ve kulağa lezzetli gelen şeyleri sorun. Çikolatayı veya sizin için kötü olarak etiketlediğiniz bir şeyi arzulasanız bile, fiziksel bedeninizin titreşimini ve rezonansını korumak için çikolatadaki bir maddeye ihtiyacı olabilir ve bunu nasıl elde edeceğini bilmesinin tek yolu çikolatadır. Sadece birazına ihtiyacınız

olabilir ve yapılması gerekenleri ve yapılmaması gerekenleri bir kez ortadan kaldırdığınızda, vücudunuzun doğal olarak kendisi için daha iyi olan başka şeyler için can attığını göreceksiniz. Çikolatayı veya sizin için kötü olarak etiketlediğiniz bir şeyi arzulasanız bile, fiziksel bedeninizin titreşimini ve rezonansını korumak için çikolatadaki bir maddeye ihtiyacı olabilir ve bunu nasıl elde edeceğini bilmesinin tek yolu çikolatadır. Sadece birazına ihtiyacınız olabilir ve yapılması gerekenleri ve yapılmaması gerekenleri bir kez ortadan kaldırdığınızda, vücudunuzun doğal olarak kendisi için daha iyi olan başka şeyler için can attığını göreceksiniz. Çikolatayı veya sizin için kötü olarak etiketlediğiniz bir şeyi arzulasanız bile, fiziksel bedeninizin titreşimini ve rezonansını korumak için çikolatadaki bir maddeye ihtiyacı olabilir ve bunu nasıl elde edeceğini bilmesinin tek yolu çikolatadır. Sadece birazına ihtiyacınız olabilir ve yapılması gerekenleri ve yapılmaması gerekenleri bir kez ortadan kaldırdığınızda, vücudunuzun doğal olarak kendisi için daha iyi olan başka şeyler için can attığını göreceksiniz.

Kitaplardan, okumanız gereken tüm kitaplardan ve sahip olmanız gereken bilgilerden bahsettiğinizde, bazen istediğinizi elde etmek için okumanız gereken kitabın yalnızca bir paragrafı veya bir sayfası olduğunu unutmayın. Sizin için iyi olanla olmayan arasındaki farkı bilerek, ayrımcılığın niteliğinden bahsediyoruz.

Her birinizin kişisel bir gerçeklik haritası, kendi varsayımlarınız, yaşam hakkında benzersiz bir felsefeniz ve kişisel bir inanç sisteminiz var. Size sunacağım zorluklardan biri haritanıza bakmak. Kişisel harita nedir? Bir kişi için bir harita "Evrende yeterince sevgi yok" diyebilir. Bir başkası için haritaları, "Başka birine ne zaman açılsam inciniyorum" diyebilir. Haritalarınız, çocukluk ve yaşam deneyimlerinize dayanmaktadır. Enerjinizin nasıl dışarı aktığı ve başkaları tarafından, özellikle sevdiğiniz veya sevgisini istediğiniz kişiler tarafından nasıl karşılandığınızla ilgili deneyiminize dayanırlar.

1/*Hayatınızın herhangi bir alanı çalışmıyor, o alandaki inançlarınızdan birinin değiştirilmesi gerekiyor.*

Ya yeni bir harita almanın ya da elinizdeki haritayı gözden geçirmenin zamanı geldi. Ancak kendinizi zorlayarak değiştiremezsiniz. Sakin ve kararlı bir şekilde kendinize daha yükseğe çıkma niyetinde olduğunuzu ve tartışmalara ya da meselelere kapılmayı planlamadığınızı söyleyerek bunu değiştirebilirsiniz. Kulağa basit gelebilir, ancak çatışmadan çıkmak için yapmanız gereken tek şey bu. Daha yükseğe çıkma niyetinde olduğunuzu onayladığınızda, evren size cevapları göstermeye başlayacaktır.

Daha yoğun, negatif enerjiden çıkmanın bir başka yolu da gönderdiğiniz telepatik mesajların ve duyguların farkında olmaktır, çünkü bunlar birçok insanı etkileme gücüne sahiptir. Ne gönderirseniz onu geri çekersiniz. Gönderdiğiniz düşünce ve duyguların sorumluluğunu alın, çünkü onlar evrene gider ve size geri dönen olayları ve koşulları yaratır.

Diğer insanlara nasıl olumlu düşünce ve duygular göndereceğinizi öğrenebilir veya onlarla buluşabileceğiniz kendi geleceğinize yansıtabilirsiniz. Gönderdiğiniz her düşünce manyetiktir çünkü olayları, insanları ve şeyleri yaratır ve size getirir. Bunu, düşündüğünüz şeylerle rezonansa girerek yapar ve böylece size neyin çekildiğini belirler.

Sen*düşüncelerinizi geliştirerek insanlığın barışı sağlamasına yardımcı olabilir.*

Gönderdiğiniz her düşünce evrende olaylar yaratır, insanları size çeker. Bundan da fazlası, gönderdiğiniz her düşünce gezegenin dönüşümünü yaratıyor. Tek bir kişinin gezegenin genel enerjisi üzerinde bu kadar çok etkiye sahip olabileceğini hissetmeyebilirsiniz, ancak yine de yüksek, iyileştirici bir düşünce 10.000 veya daha fazla olumsuz düşünceyi iptal edebilir. Şifa düşüncesi ne kadar yüksek olursa, o kadar düşük olanlar iptal olur. Düşüncelerinizi geliştirirken sadece kendinize değil, çevrenizdeki herkese yardımcı oluyorsunuz. Onları kişisel olarak tanımanıza veya fiziksel olarak yanlarında olmanıza bile gerek yok. İyileştirici, olumlu düşünceler mahallenize ve çevrenize yayılır ve yukarıya ulaşan herkese yardımcı olur.

Uydu fotoğraflarından gördüğünüz şekliyle dünyanın üzerinde oturduğunuzu hayal edin ve altınızdaki insanların büyük bir kısmının dünyevi şeyler düşündüğünü veya daha düşük düşüncelere daldığını hayal edin. Ne kadar yükseğe çıkarsanız, daha ince ve daha yüksek düşüncelerinizle o kadar çok insana ulaşabileceğinizi hayal edin. Günlük yaşamlarını sürdüren, sorunlarına cevap arayan insanlar, gönderdiğiniz şifa verici yayını kullanabilirler. İnsanlık bir dönüşümden geçiyor. Bir yol ayrımındasın; bir yanda barış ve bolluk, diğer yanda çatışma ve kıtlık. Sürekli, günlük olarak kendi kişisel düşüncelerinizin farkına varmanın zamanı geldi. Ne zaman bir şeyden nefret etsen, ne zaman kendine kızsan, ne zaman kendini alçaltsan ya da yanlış yapsan, gezegenin kıtlık seçimine katkıda bulunuyorsun.

OYUN KILAVUZU

1 | Düşündüğünüz ana şeyleri listeleyin (kariyer, arkadaşlar, aile, para, araba, kıyafet, yemek, sağlık vb.). Bunların her biri hakkında ne kadar olumlu hissettiğinizi 1'den 10'a kadar bir ölçekte derecelendirin—1 negatif, 10 pozitif.

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.
12.
13.
14.
15.

2 | Düşünceleriniz ne kadar yüksek ve olumlu görünüyor?

3 | Düşük olarak değerlendirdiğiniz bir alanı alın ve o alanla ilgili sahip olabileceğiniz olumlu bir resmi yazın.

Öğrenme
Koşulsuz sevgi

Koşulsuz sevgi, kalbinizi her zaman açık tutmak demektir. Bunu yapmak için, diğer insanlardan beklentilerinizi, onların olduklarından başka bir şey olmalarını istemekten vazgeçmeniz gerekebilir. İnsanların size bir şeyler vermesine, belirli şekillerde davranmasına veya sevgiyle karşılık vermesine olan ihtiyacı bırakmak anlamına gelir. Birçoğunuz sizden önce diğer insanların sıcak ve sevgi dolu olmasını bekliyorsunuz.

sen*Koşulsuz sevgi, başkalarından kaynak olmasını beklemek yerine, sevginin kaynağı olmayı öğrenmektir.*

Koşulsuz sevgi, başkalarıyla birleşmenize ve kişisel

sınırlarınızı sağlam tutmanıza olanak tanır. Başkalarına katılabilmek için kendi sınırlarınızı bilin. İnsanlar başkalarıyla bir araya gelmeyi, yakın bağlara sahip olmayı ve aynı zamanda ayrı olmayı arzular. Bir ilişkide boğulmuş hissediyorsanız, yapmak istemediğiniz şeyleri yapmanız isteniyorsa, bunun nedeni kendi sınırlarınız konusunda net olmamanızdır. Karşınızdakini suçlamak daha kolay olsa da sınırlarınız konusunda netleşmesi gereken sizsiniz. Öte yandan, başka bir kişiden isteyip de alamadığınız şeyler varsa, bunun nedeni, içinizde yalnızca sizin doldurabileceğiniz bir boşluğu doldurmak için diğer kişiyi kullanmaya çalışmanızdır.

Bir ilişkide boğulmuş hisseden bir kadın örneğini ele alalım. Birlikte olduğu erkeğin sürekli olarak vermek istediğinden daha fazlasını istediğini hissediyor - daha fazla zaman, ilgi ve ilişkiye bağlılık. Bu kadar talepkar olduğu için onu suçluyor. Bununla birlikte, kalıp onun içindedir ve o bunu anlayana kadar benzer ilişkileri kendine çekmeye devam edecektir. Genellikle bir model tam tersi olarak ortaya çıkar. Ya çok fazla talepte bulunan erkekleri ya da müsait olmayan ve bir ilişki istemeyen erkekleri çekebilir.

Bu, benlik duygusuyla uzlaşmamış bir kadın. Kendisinin nerede bittiği ve diğer insanların nerede başladığı konusunda emin olmadığı sürece, sürekli olarak sınırlarını belirlemek için mücadele edecektir. Taahhütlerden kaçınacak, çünkü onları kendi kimliğinin kaybı olarak yaşıyor. Kim olduğu konusunda net olmadığı için, talepler ve hatta basit talepler karşısında baskı hissedecektir. Net sınırları olsaydı, hayır demeyi kolay bulurdu. Net sınırları olsaydı, sınırlarını sürekli test eden ilişkileri kendine çekmezdi. Kendinden ne kadar vermek istediğini ve kendisiyle başkaları arasındaki dengenin ne kadar doğru olduğunu anladığında, bu yeni resme uyan ilişkileri kendine çekecektir.

Koşulsuz sevgi korkuyu dönüştürür.

Korku, gezegeni çevreleyen, birçok eylemi ve kararı etkileyen bir arka plan gürültüsü gibidir. Korktuğun şeyle yüzleşmek güç ve cesaret ister. Enerjinin farkına vardıkça korkunun da farkına varacaksınız. Diğer insanlarda sizin için çok daha görünür olsa da, onu inceleyeceğiniz ilk yer kendi içinizdedir. Bir arkadaşınıza ya da sevdiğiniz birine baktığınızda, nerede kapalı ya da korkmuş olduğunu net bir şekilde görebiliyorsanız, bunun içinizde daha çok sevgiye ihtiyaç duyan bir yerin yansıması olup olmadığına bakın.

Bir şeyleri başka insanlarda görmek, kendinizde görmekten daha kolaydır. Bu nedenle evren, sizi öğrendiklerinizi size gösterecek insanların çevresine koyarak size kendiniz hakkında bir şeyler öğretecektir. Bu konular üzerinde kendiniz çalışmıyor olsaydınız, o özelliğe veya onun bir kısmına odaklanmazdınız.

Korku, düşünme kalıplarınızdan gelebilir. Size kötü olduğunuzu ve dikkat etmezseniz zarar görebileceğinizi söyleyen yaygın düşünceler görüyorum. Bunlar birçok kişi tarafından paylaşılan kitlesel düşüncelerdir. Evrenin daha yüksek seviyelerine doğru yükselmeye başlarken, bir noktada onlarla doğrudan kendi içinizde yüzleşeceksiniz. Korku, kendini çok eleştiren düşüncelerde ortaya çıkar - birini hayal kırıklığına uğratıp uğratmadığınızı merak etmek, yeterince çabalamadığınızı veya kendinizin yeterli olmadığını düşünmek.

Yeni bir ilişkiye açılırken korkularınızı keşfederseniz, kendinizi yanıltmayın. Korku gizli bir akıntıdır ve onu ne kadar çok keşfedebilir ve onunla yüzleşebilirseniz, koşulsuz sevginiz ve kendinizi kabul etmeniz yoluyla onu o kadar çok iyileştirebilirsiniz.

Korkuyu nasıl keşfedersiniz? Hayatınızın bir karar vermeniz gereken bazı alanlarına bakın. Yapmak istediğiniz şeyi yapmak için karar vermekte özgür hissetmemenizin herhangi bir nedeni olup olmadığını kendinize sorun. Belki yeterli para

olmayacağına dair bir korku, kendi başınıza yapamayacağınız, başaramayacağınız veya başkalarının sizi sevmeyeceği ve yaşamazsanız sizi istemeyeceği korkusu vardır. beklentilerine göre veya kendiniz için ayağa kalkarsanız. Bu karara bakarken, kendinize sorun, evrenin yüksek güçleri tarafından tamamen güvende olduğunuzu ve korunduğunuzu, yönlendirildiğinizi ve sevildiğinizi bilseydiniz ne yapardınız? Ruhunuzun mümkün olan her şekilde size yardım ettiğini bilseydiniz ve daha bilge benliğinize tamamen güvenebileceğinizi bilseydiniz, farklı bir karar verir miydiniz? Bu, korkuyu açığa çıkarmanın bir yoludur.

Korku, aşkı henüz keşfetmemiş bir yerdir.

Korku genellikle bir şeyin neden yapılamayacağına dair mantıklı ve rasyonel nedenler olarak gizlenir. Bazen diğer insanların sizi durdurduğu hissine bürünür. Korkuyu gizlemenin pek çok yolu vardır - suçu başkalarında aramak, sorumluluk almayı reddetmek, yine de yapamayacağınıza karar vermek, o zaman neden deniyorsunuz, kızıp vazgeçiyorsunuz ve daha birçokları. Korkuyu örtbas etmek için hangi yolları kullanıyorsunuz?

Bunları yaptığınızı keşfederseniz, ilk adım, bir şeyden kaçınmanızın veya bir başkası ve kendiniz için kötü hissetmenizin nedeninin korku olduğunu ve buranın koşulsuz sevginizi gerektiren bir yer olduğunu kabul etmektir. Bu yanınızı sevin; yanlış yapma Kaçındığınız şeye doğrudan bakmaya istekli olun. Özür dilemek, güçlü davranarak örtbas etmek veya kötü biri olduğunuzu düşünmek zorunda değilsiniz. Korkuyu bir kez tanıdığınızda, başa çıkmak çok daha kolay hale gelir. Ancak kılık değiştirdiğinde ayrılık ve acı yaratabilir.

Korkuyu keşfetmenin bir yolu, yaratmak isteyip de korkudan yapamayacağınız bir şeyi alıp onu yaratamamanızın tüm

nedenlerini listelemektir. Ardından, bu nedenleri neden istediğinizi yaratabileceğinize dair olumlu ifadelere dönüştürün. Bilincin ışığında korkunun çözüldüğünü göreceksiniz. Aşk, buzun üzerinde parlayan sıcak güneş gibidir; her türlü engeli, her türlü acı alanını eritir ve yok eder. Buz gibi, korkuların da suya dönüşecek ve buharlaşacak.

Diğer insanlara sevgiden çok korkuyla karşılık verdiğinizi, belki onlardan uzaklaştığınızı, sizi reddetmelerinden, sizi haksız çıkarmalarından veya sizden çok şey istemelerinden korktuğunuzu fark ettiğinizde, korkunun farkına vardığınız için kendinize teşekkür edin. Korkan o parçanı sev ve sonra koşulsuz sevgiyi yaymaya başla.

Yargılayıcı veya eleştirel olduğunuzda, en çok diğer insanların enerjisinden etkilenirsiniz. İnsanlara bakıp "Daha çok çalışmaları lazım, birlik olmalılar" diye düşünürseniz, bu düşünceler negatif enerjilerini size çeker. Onlarda ne görüyorsanız, onlarda deneyimlemeye başladığınız şey odur, çünkü bir şeye odaklandıkça onu ortaya çıkarırsınız. Korktuğun şeyi kendine çekersin. Sizi daha sevgi dolu olmaya yönlendiren o nazik sevgi dolu yanınızla, daha yüksek ve daha bilge benliğinizle temasa geçin.

Kendinizle başkaları arasında rahatsız edici engeller ve sınırlar deneyimlediğinizde, bu, başkalarına ve kendinize daha fazla sevgi aktarmanız gerektiğinin bir işaretidir. Onlarla yaşamayı, her zaman onlara yakın olmayı ya da etraflarında olmayı seçmeyebilirsin ama yine de senin sevgi yayınından faydalanacaklar. Bazılarınız cesur ve güçlü bir tavır sergilemeye çalışıyor, "Savunmaya uğramayacağım veya incinmeyeceğim" şeklinde hareket ediyor. Yine de, bu eylem korku ve acı yaratır, insanlardan daha da fazla olumsuz eylem çeker ve bu da daha cesur bir dış görünüş gerektirir.

Kalbini kapatmak istediğin zamanlara bak, "Yeter artık, bu insan beni yeterince sevmiyor, sanırım gideceğim" dediğin zamanlar. Her ilişkide, ne kadar uzun süreli veya sağlam olursa olsun, kalbinizi açık tutmak için her zaman bir meydan okuma

olacaktır. Koşulsuz sevgiyi, kalbinizin kapalı olduğu tüm o alanlara karşı gelmekten başka nasıl öğrenebilirsiniz? Kalbinizi kapatmak istediğiniz bir yere her geldiğinizde, artık yeni bir model oluşturma ve onu açık tutma fırsatınız var. Yine de ayrılmayı veya ilişkinin doğasını değiştirmeyi seçebilirsiniz, ancak bunu sevgiyle yapabilirsiniz. En iyi arkadaşların sana asla meydan okumayanlar, seni asla kalbini kapatmak istemeyenler olduğunu düşünebilirsiniz ve yine de açık ve sevgi dolu kalman için sana asla meydan okumayan insanlarla birlikteysen, Onlarla gerçekten kalbinizde bağlantı kurmuyorsunuz. Kalp her zaman başkalarına güvenme, açılma ve yeni kabul ve anlayış seviyelerine ulaşma konularıyla ilgilenir.

"Sen*Kendinizi sevmeniz için size meydan okuyan durumlara sokarak sevmeyi öğrenin.*

Hoşgörü, koşulsuz sevginin bir özelliğidir. İnsanlar sizi üzen şeyler yaptıklarında içten gülümsemek, onlara sıcak bir kutsama ya da sevgi düşüncesi göndermek, sizi onların davranışlarından etkilenmekten kurtarır. Hoşgörü kalitesi, ne olursa olsun sakin ve soğukkanlı kalma, insanların kendileri olmalarına ve kendi hatalarını yapmalarına izin verme yeteneğidir. Onlara, kabulünüzün sarsılmaz ışığında güneşlenebilecekleri o sıcak, güvenli limanı sağlamanıza olanak tanır.

W*Başkalarına ne verirsen ver, kendine de bir hediyedir.*

Diğer insanları oldukları gibi kabul etme yeteneği büyük bir meydan okumadır ve bunda ustalaştıkça, bu hediyeyi kendinize de verirsiniz. Biri size bağırıyorsa veya bir ses tonuyla veya

sizde öfke, savunma veya üzüntü uyandıran bir şekilde konuşuyorsa, ona telepatik olarak sevgi göndermeye başlayın. Kendinizi huzurlu bir merkeze getirin ve nefesinizi gevşetin. Ona sevginizi gönderirken, bağırmayı bırakmasını veya herhangi bir şekilde karşılık vermesini beklemeyin. Bu sevgiyi gönderirken titreşiminizi yükselttiğinizi bilin. Yakında ya değişecek ya da artık başkalarının size kızdığı durumlar yaratmadığınızı göreceksiniz.

İlişkiler, kalbinizi açık tutmanız ve başkalarına karşı sevgi dolu hissetmeniz için size meydan okur. Savunmasızlığın kalitesi önemlidir. Savunacak, saklayacak ya da özür dileyecek hiçbir şeyinizin olmadığı duygusudur. Kendini kabul etme duygusundan kaynaklanır, geliştirmek istediğiniz davranışı haklı çıkarmaktan değil, bunun için kendinizi yanlış yapmanın sizi yalnızca daha uzun süre o davranışa kilitleyeceğini bilmekten gelir. İnsanlar genellikle yanılmış olabileceklerini, acı çekebileceklerini veya incinmiş olabileceklerini kabul etmekten korkarlar. Bazen, örneğin, kendinizi huzursuz ve sakin, net merkezinizin dışında hissettiğinizde, hiçbir sorun yokmuş gibi davranarak bir cephe oluşturmaya çalışabilirsiniz. Bunun yerine, bir başkasıyla birlikteyken gerçek duygularınızı ifade etmenize izin verirseniz, bağınızı derinleştirebilecek bir iletişim kanalı açarsınız.

Herkesin mükemmel bir insan olduğunu düşünmesini isteyebilirsin, bu yüzden "Ben iyiyim, beni merak etme, güçlüyüm ve yardıma ihtiyacım yok" diyen bir rol oynuyorsun. Bu, kendinizle başkaları arasında ayrılık yaratır ve tam da ona en çok ihtiyaç duyduğunuz anda sizi aşktan uzak tutar. Her şeyi biliyormuş gibi davranmak yerine, savunmasız olduklarında ve bir şeyi nasıl ele alacaklarından emin olmadıklarını kabul ettiklerinde başkalarına karşı ne kadar sevgi hissettiğinizi fark ettiniz mi? Kim olduğunuzu görmekten korkmayın.

Eğer*savunacak hiçbir şeyin yok, olmadığın bir şey gibi davranmak zorunda olmadığın için hayat kolaylaşıyor.*

İnançlarınızı, düşüncelerinizi veya benliğinizi savunmanız gerektiğini düşündüğünüzde hayat daha zordur. Savunmanız gerektiğini düşündüğünüz şeylerin çoğunun zaten size ait olmayan inançlar ve fikirler olduğunu önereceğim. Birisi emin olduğunuz şeylerle aynı fikirde olmadığında nadiren gücenir ve incinirsiniz. Emin olmadığınız, güvensiz hissettiğiniz alanlar, genellikle savunmaya en çok ihtiyaç duyduğunuz alanlardır.

Bir dahaki sefere kendinle ilgili bir şeyi savunman gerektiğini hissettiğinde, kendine sor, neden bunu savunmam gerektiğini hissediyorum? Kalbinizin ve bilgeliğinizin insanlara gülümsemesine izin vermeye istekli olun, onlara sevginizi ve kabulünüzü gönderin. Bir şey söylemeniz gerektiğini düşünmeyin. Kendin ol. Bir şeyin cevabını bilmiyorsanız, basitçe "Bilmiyorum" deyin. Her zaman mükemmel olmaya çalışmayın. Sevilmek için tüm cevaplara sahip olmanız gerektiğini, asla korkmamanız veya zayıf görünmemeniz gerektiğini düşünmeyin, çünkü savunmasız olmaya istekli olanlarınız size daha fazla sevginin geldiğini görecektir.

Affetmek, koşulsuz sevginin bir parçasıdır. Gün boyunca sarhoş olmadığın, sevgi dolu olmadığın ve bilge olmadığın tüm anlar için kendini affet. Başkalarını yüksek, sevgi dolu ve bilge olmadıkları tüm anlar için affedin. Affederken, olmak istediğiniz şeyler olmayı kolaylaştırırsınız ve başkalarının da onlar olmasını kolaylaştırırsınız.

Size, sizin sevgi dolu bir varlık olduğunuzu inkar ediyormuş gibi görünen bir şekilde yanıt veren insanlar, kendi içlerindeki bir korku yerinden geliyorlar. Sizi görmezden gelirlerse, sizi haksız çıkarırlarsa, kaba şeyler söylerlerse veya sizin eşit olmadığınızı ima edecek şekilde davranırlarsa, korkudan

geldiklerini anlayın. İçlerindeki korkuya onu kendi içinizde yaratarak karşılık vermenize gerek yok. Bunun yerine çevrenizdekilere şifa kaynağı olabilirsiniz.

Onlardan öğrenmek için durumları hayatınıza çekersiniz. Çıkış ve çıkış yollarından biri, sevgiyle karşılık vermektir. Siz bunu yaptıkça, her durumun doğası ve karakteri değişecektir. Pratik yaparak, sevgiyi daha uzun ve daha uzun süreler boyunca yayınlamayı öğrenebilirsiniz. Gittiğiniz her yerde pratik yapın. Yeryüzüne sevgi gönderin. Tanıştığınız herkese sevgi gönderin. Onlar hakkında güzel bir şey fark edip edemeyeceğinize bakın.

Aşk her şeye ve herkese güzellik getirir.

En çok da aşk size güzellikler getirir.

İnsanlar acı çektiğinde, hayatlarını değiştirmelerine yardımcı olmak için güçlü bir zamandır. Genellikle korktuklarında dinlemeye de hazırdırlar. İnsanların korktuklarını, kendilerine sevgi duymadıklarını algılarsanız, onlara uzanıp koşulsuz kabulünüzü göndermenin ve ışığınızla kucaklamanın zamanı gelmiş olabilir.

Hiç korkusu yokmuş gibi görünenlerin, en cesur gibi görünenlerin, savunmasız olmaya istekli insanlardan daha fazla sevgiye ihtiyacı olabilir. Başkalarında acı yaratan, saldırgan, insanlara zorbalık yapan ve çevresindekilerin hayatını zindan eden kişiler genellikle sevgiye en çok ihtiyaç duyanlardır. Ev sahibiniz, patronunuz veya anne babanız gibi her şeye sahipmiş gibi görünenlere ve üzerinizde gücü varmış gibi görünenlere sevgi gönderin. Onlar ancak siz izin verdiğiniz ölçüde sizin üzerinizde güç sahibidirler; sadece korkun sende bir aşağılık duygusu yaratabilir. Herhangi bir şekilde üzerinizde otorite veya güç sahibi olan insanlardan korkuyorsanız, onlara sevgi gönderin. Herhangi bir güç mücadelesini durdurmaya yardımcı

olacak ve sizi mucizelerin ve sevginin mevcut olduğu varlıklarının daha yüksek bir parçasına uyumlayacaktır.

Gibi*ışıkla dolarsın, etrafındaki dünyayı etkileme gücün artar.*

Hayatınızdaki insanlar negatif enerji gönderiyor ve beklentilerinizi karşılamıyorsa, onlara koşulsuz sevgi göndermek önemlidir. Sadece kendileri oluyorlar, bildiklerinin en iyisini yapıyorlar. Kendiniz mutlu olmak için başkalarının belirli bir şekilde hareket etmesine ihtiyaç duymadığınızda, büyük bir iç huzuru bulacaksınız. Yayılan bir enerji feneri olacaksınız ve ne kadar yükseğe çıkarsanız, düşüncelerinizle o kadar uzağa ulaşabilirsiniz. Birine koşulsuz sevgi gönderdiğinizde onun negatif enerjisinden zarar görmeniz artık mümkün değil. Hayatınızda incinmiş, korkmuş veya başkalarından ayrılmış hissettiğiniz herhangi bir durum varsa, onlara kim oldukları için sevgi ve kabul göndermeye başlayın. Bu seni ve onları iyileştirecek.

İnsanlar ne kadar kötü davranırsa, o kadar çok korkarlar ve bu nedenle sevginize o kadar çok ihtiyaç duyarlar. Gerçekten de alçakgönüllü, incinebilir ve savunmasız olanların emrinde çoğu zaman bolca sevgi vardır. Onlara da gönderin, ama sevginizi en sevimsiz görünenlere de göndermeyi unutmayın, çünkü aşka en çok haykıranlar onlardır. Sevilmeyeni sevmek, yıkıcı davranışlarda bulunan insanları önemsemek için nedenler bulun. Aşk yayınından büyümeyen hayatta tek bir kişi yoktur. Ne zaman sevgi verirseniz, o size geri döner, titreşiminizi ve auranızı değiştirir ve sevginin size gelmesi için daha da çekici hale gelirsiniz. Sevgi gönderdiğiniz kişilerden gelmeyebilir ama gelecektir.

Herhangi bir nedenle korktuğunuzu hissettiğinizde, yüksek

benliğinizle bağlantı kurma zamanıdır. Çocukken korktuğunuzu hissettiğinizde, her zaman size güven veren ve korkunuzu ortadan kaldıran biri ya da bir şey olmuştur; bir ebeveyn, akraba ya da en sevdiğiniz pelüş hayvan. Bununla birlikte, genellikle sizin dışınızda bir şeydi. Işığa yolculuğunuzun bir parçası, kendi içinizde o güvenlik duygusunu, dünyanın dostça olduğuna ve sevecen ve cömert bir evren tarafından sevilip korunduğunuza dair o güvenceyi yaratabilmektir. Ruhunuzdan size yardım etmesini isteyin. Nefesinizi sakinleştirin ve o güven yerini bulana kadar içinize dönün.

Korktuğun zaman, sahip olduğun en sevgi dolu arkadaşın tarafından tutulduğunu ve kucaklandığını hayal et, seni koşulsuzca önemseyen, seni yüksek ya da düşük düşüncelerinle seven, her zaman yanında olan, ve sizi sürekli ışığıyla kucaklar. Bu senin ruhun. Korktuğunuzda arayabileceğiniz, kendinizin o yüksek parçasıyla bağlantı kurmanıza yardımcı olacak bir arkadaşınız olduğunu bilin. Rehberlere ve ustalara da başvurabilirsiniz, çünkü kim çağırırsa onu her zaman işitir ve ona sevgi ve rehberlik gönderir. Tek yapmanız gereken yardım veya bağlantı istemek ve orada olacak.

Her şey rahatsız edici ve karanlık göründüğünde bile, yolunuzdan çıktığınızı düşünmeyin, çünkü her zaman yukarı doğru uzanıyorsunuz. Bazen zor görünebilir ve yol dik gelebilir. Diğer zamanlarda kolaylıkla koştuğunuz, dans ettiğiniz ve seyahat ettiğiniz yerler bulacaksınız. Yargılamayı askıya alın ve gelenleri kabul ederek büyümenizin her aşamasını kolaylaştırın. Pürüzsüz olduğu kadar engebeli yolu da sevmenize izin verin ve bildiğiniz en iyiye ve en yükseğe gitmeye çalışırken, yukarıya ulaşma cesaretiniz için kendinize sürekli teşekkür edin. Sevgi dolu bir varlık olduğunuzu, sevgiyi hak ettiğinizi ve özünde sevginin ta kendisi olduğunuzu hatırlayın.

OYUN KILAVUZU

1 | Hayatınızda değiştirmek istediğiniz bir alanı düşünün. Yapacağınız değişiklikleri buraya kaydedin. (Örneğin,

yaşamak için bir yer kiralamak yerine satın alırdım.)

2 | Bu değişikliği yaratamamanızın tüm nedenlerini aşağıda listeleyin. Bunlar bilinçsiz korkularınızı temsil eder. (Örneğin, bir ev alamam çünkü aylık ödemeleri karşılayamıyorum, ön ödeme için yeterli param yok.)

3 | Sessizce oturun ve bu değişikliği yaratamayacağınızı düşünen her parçanızı affedin. Tüm bu şüpheli, korkulu seslere sevgi ve kabul gönderin.

4 | Bu şüpheleri olumlu onaylamalara dönüştürün ve bunları kendinize söylemeye başlayın. Onları birkaç hafta boyunca her gün göreceğiniz bir postere asmak isteyebilirsiniz. (Örneğin artık aylık ödemeleri karşılayabiliyorum, peşinat veya muadilini rahatlıkla alıyorum.)

11.

Büyümeyi Seçerek Acıyla Başa Çıkmak

Daha yüksek farkındalık seviyelerine geçtikçe, başkalarında ve kendi içinizde öfke ve acı enerjisini idare etmekle karşı karşıya kalabilirsiniz. Bu enerjiler etrafında nasıl dengede ve kalbinizde kalacağınızı öğrenmek, ruhun ışığa doğru evrim sürecinin bir parçasıdır.

Size acı ya da mutsuzluk verdiğini düşündüğünüz başka bir kişiden incinmiş ve ayrılmış hissettiğinizde, durumu yaratarak hangi dersleri almayı seçtiğinizi incelemenin zamanı gelmiş olabilir. İnsanları sevdiğinizde, acı çektiğiniz ve onlardan uzaklaştığınız zamanlar vardır. Bu olursa, entelektüel nedenler aramayın. Kimin kimi incittiğini, kimin suçlanacağını ve kimin haklı olduğunu keşfetmeye çalışmayın. Kimin iyi, kimin kötü adam olduğunu anlamak için ileri geri tartışmak nadiren işe yarar. Bu sizi birbirinizle güç mücadelesine sokar ve sizi gönül bağınızdan uzaklaştırır.

Her iki kişi de genellikle haklı olduklarını ve diğer kişinin yaklaşımında haksız olduğunu düşünür. İnsanlar genellikle kendi

öfkelerinin haklı olduğunu ve diğer kişinin öfkesinin haklı olmadığını düşünür. İnsanlar kendilerini incinmiş hissettiklerinde, çoğu acılarının nedeni olarak diğer kişiye saldırır. Ancak, bir başkası onu tetiklemeden önce her zaman içeride bir acı vardır; diğer kişi sadece onu ortaya çıkarmak için bir katalizör görevi görür. Diğer kişi sebep değildir. Nedeni, içinizdeki bir acıdır. Diğer kişinin bunu tetiklemesi de tesadüf değildir, çünkü çoğu zaman öğrenip büyüyebilmek için düğmelerinize basan sevdiklerinizi ve arkadaşlarınızı seçersiniz.

Kendinizi incinmiş ve yine de haklı olarak öfkeli hissettiğinizde, incinen taraf olduğunuzdan ve birinin size bir özür borçlu olduğundan emin olduğunuzda, öfkeyle saldırmadan önce bir an sessiz olun. Doğru hissetmek çok kolaydır, ancak yine de doğruluk sizi sevmek ve yakın hissetmek istediğiniz kişilerden ayırır. Ruh daha fazla ışığa uzanırken, derslerinden biri de doğru ya da yanlış yapmayı değil, şefkatle kalpte kalmayı öğrenmektir. Bu, diğer kişinin bakış açısını görmeye istekli olmayı ve hiçbir şey kanıtlamak zorunda hissetmemeyi içerir.

Acıyla nasıl başa çıkacağınızı öğrenmek önemlidir, çünkü bunu yaparak ruhunuzun geminin kaptanı olmasına izin vermiş olursunuz. acı nedir? Acı, ruhun şefkatli ve nazik kalbin parlamasına izin verecek kadar ışığı henüz getirmediği bir alandır. Acı, aşkı bekleyen bir alandır.

Acı çektiğinizde, doğal olarak başka birini suçlama eğiliminin yanı sıra, geri çekilme, geri çekilme ve kalbinizi kapatma eğilimi vardır. Bir arkadaşınız veya sevdiğiniz kişi tarafından size istediğiniz şekilde davranılmadığını hissediyorsanız ve bu size acı veriyorsa, onu yanlış yaparak ve özür dileyerek başlamamak daha iyidir. Bunun yerine, içinize bakarak başlayın. Başka bir kişi, yalnızca içinde zaten acı olduğunda acıyı tetikleyebilir. Sadece kalbinizin zaten dozlamak istediği yerde kalbinizi kapatmanıza neden olabilir. İçinde acı yoksa, başkası onu dışarı çıkaramaz. Kızgın ve tehditkar değil, sadece şefkatli ve onun için üzülürsünüz.

Ağrı*sadece içinde zaten acı varken başka bir kişi tarafından tetiklenir.*

Ne zaman başka biri sende acı yaratsa, bu bir armağandır. Size kalbinizin henüz açık olmayı öğrenmediği bir alanı gösteriyor. Size kendinize daha fazla ışık getirebileceğiniz bir yer gösteriyor. Daha açık olmanız gereken yerleri size göstermek için bazı insanları hayatınıza çektiniz. Dersinizin bir kısmı, onlar size acı verecek şekilde hareket ederken bile açık ve sevgi dolu kalmak olacaktır.

Diğer kişiye suçlamayla yaklaşmadan, kalbini kapatıp uzaklaşmadan, daha fazla ayrılık ve acı yaratmadan önce dur. Işığı getirmeye istekli olup olmadığınızı kendinize sorun.

Acı varken ışık nasıl getirilir? Her şeyden önce, güçlenmeye ve kendinize ışık çekmeye başlarken, size acı veren kişinin fiziksel varlığından uzaklaşmanız önemlidir. Diğer kişiye fiziksel olarak yakın olmak (enerjiyi kontrol etmede ustalaşana kadar) sizi onun aurasına sokar. Diğer kişi acı çekiyorsa veya sizin için acı yaratıyorsa, onun yanında olmak kendi dengenizi yeniden sağlamanızı zorlaştıracaktır. Kendinizi bir tartışmanın ortasında bulursanız, incinmiş hissediyorsanız, saldırmak veya geri çekilmek istiyorsanız, önce, ne olursa olsun, kendinizi ondan fiziksel olarak uzaklaştırın. Yalnız kalma fırsatı bulana kadar sessizliğini koru. Oturup düşünmek için birkaç dakika isteyin. Öfkeyle konuşmak istemediğini söyle.

Bir başkasına saldırdığınızda, bunun nedeni genellikle kendiniz hakkında iyi hissetmemenizdir. Başkalarının içinizde acı yaratmasının, size saldırıyor gibi görünmelerinin sebebinin, onların da kendi içlerinde iyi hissetmemeleri olduğunu kabul edin.

Enerji sizinle bir başkası arasında ağırlaşıp yoğunlaştığında

konuşmayı bırakmayı öğrenin. Fiziksel mesafe oluşturabiliyorsanız, bunu yapın. O zaman sessizce otururak, huzuru hayal ederek ışığı getirebilirsiniz. Kızgın hissettiğinizde huzuru hayal etmek zor olabilir. Güzel bir manzara, iyi bir anı veya denge duygusunu geri kazandıracak bir şey hayal etmeyi deneyin. Sonra ruhunu kalbine davet et. Ondan sevgi dolu varlığınıza mümkün olan en yüksek bilinci getirmesini isteyin. Huzurun yoğunlaştığını hissetmeye başlayacaksınız ve yaptığınız ya da söylediğiniz şey için üzülmeye başlayabilirsiniz. Tüm meselenin orantısız olduğu, söylediklerinizi kastetmediğinizi hissedebilirsiniz. Ya da bu noktada diğer kişinin öfkesini ya da acısını şefkat ve tarafsızlıkla görebilirsin.

Bir durumdan ne öğrendiğinizi ne kadar çok anlarsanız, onu o kadar çabuk terk edebilirsiniz.

Kendinize, bu kişiyle birlikte olmaktan hangi dersleri öğrendiğinizi veya bu durumda olmakla hangi gelişimi başardığınızı sorun. Acı her zaman büyüme için büyük fırsatlar anlamına gelir. Örneğin, birisi sevginize istediğiniz derecede karşılık vermediği için acı çektiğinizi varsayalım. Diğer kişi ne yaparsa yapsın, kalbini açık tutmayı öğreniyor olabilirsin. Alçakgönüllülüğü, zararsızlığı ve kendini önemsememeyi öğreniyor olabilirsiniz. Sessiz ol ve ruhundan sana dersleri göstermesini iste; her zaman cevap verecektir. O zamanlar bir trajedi gibi görünse de, olanların büyük bir hediye olduğunu göreceksiniz. Ruhundan sana hediyeyi göstermesini iste. Acıyı ne derece hissettiğiniz, genellikle onu neden kurduğunuzu anladığınızda sizi bekleyen hediyenin boyutunun bir göstergesidir.

Ancak anlamak tek başına yeterli değildir. Ne öğreneceğinizi anlamaya başladığınızda, ona göre hareket etmek önemlidir. Bazılarınız sevginize karşılık gelmediğinde veya karşılanmayan resimleriniz ve beklentileriniz olduğunda acı çekiyor ve diğerlerinden ayrı hissediyorsunuz. Bu insanları yanlış yapmamaya çalışın; bu, aranızdaki güç mücadelesini tırmandırabilir. Bir güç mücadelesi içindeyken cevapları bulamazsınız. Bunun yerine, susup enerjinizi sakinleştirirken, onları kalbinizle kucakladığınızı, ne olursa olsun onları affettiğinizi hayal edin.

Acı, büyümenin güçlü bir göstergesidir ve sevgi ile değiştirilebilir.

Acı çektiğinizde, genellikle ruhunuza her zamankinden daha yakınsınızdır. Enerjiyi görmeyi ve onu daha doğrudan deneyimlemeyi öğrendikçe, zorluk kalbinizde kalmak ve başkalarında daha düşük olandan daha yüksek ve daha ince olana odaklanmak olacaktır. Acı hissettiğinizde bu, yaşamınızın bazı alanlarının çalışmadığının bir göstergesidir; bazı inançlar, düşünceler ya da duygular sevilmek ve iyileştirilmek için haykırıyor. Kendinizi yanlış anlamayın veya kendinizi kötü bir insan olarak düşünmeyin, ancak bunu hayatınızın o alanını incelemek, deneyimlemek ve iyileştirmek için bir fırsat olarak görün.

İnsanlar size kızdığında, bu genellikle kırgınlıklarının bir ifadesidir. Çoğu insan, yalnızca haklı bir nedene kızdıklarını ve yalnızca birisi onları yüzüstü bıraktığında, kızdırdığında, reddettiğinde ya da mantıksız taleplerde bulunduğunda incindiğini hisseder. Ancak öfke başkalarını kontrol etmek için

de kullanılabilir. İnsanların öfkesinden duyduğunuz korku, onların etrafındaki davranışlarınızı kontrol ediyor mu? Başkalarını kontrol etmek için öfke tehdidi kullanıyor musunuz?

İnsanlar size kızdığında ya da sizi incitmek istiyormuş gibi göründüğünde, bunu kendileri de acı içinde oldukları için yapıyor olabilirler. Programları ve yetiştirilme tarzları nedeniyle, dünyaya bakış açıları nedeniyle, bazı insanlar hiç niyetiniz yokken onları incittiğinizi düşünebilir. Bazen tek yaptığınız onlarınkinden farklı bir görüş belirtmek veya kendi tercihinizi belirtmek olduğunda insanlar sinirlenir. Kontrol etme veya manipüle etme arzusundan gelmediğinizden emin olun ve eğer değilseniz, onların öfkesinin içinizdeki acıyı tetiklemesine izin vermeyin.

Sıklıkla iki kişinin sadece birbirinin sevgisini istediğinde incindiğini görüyorum. Genellikle insanlar incindiğinde ve acı çektiğinde kolunuzu onlara dolayıp nezaket, sevgi ve anlayış göstermenizi gerçekten isterler. Biri içinizde acı ya da incinme yaratacak şekilde hareket ederken nazik ve sevgi dolu olmak ne kadar zor. Enerji ile çalışmayı öğrenmenin bir parçasıdır, bununla birlikte, incinmiş veya kızgın bir enerjinin yanındayken durmak, kalbinizi yumuşatmak ve dinlemek. Savunmaya geçmek, kendinize kızmak veya sizi inciten insanlara saldırmak cazip gelebilir. Sizi aşağılamaya veya yanlış yapmaya çalıştıklarını hissedebilirsiniz. Çoğu zaman ayrılık, gururunuzu veya haysiyetinizi ne pahasına olursa olsun korumanız gerektiğini hissederek savunmaya geçmekten kaynaklanır.

Acı çektiğinizde veya incindiğinizde, başkalarından gerçekten istediğiniz şey, onların sizi dinlemeleri, size karşı nazik olmaları ve üzgün olduğunuzu anlamalarıdır. Geri çekilmelerini ve savunmaya geçmelerini istemezsiniz. Kızgın olduğunuzda size kızmalarını istemezsiniz, bunun yerine kırıldığınızı fark etmelerini istersiniz. Bazılarınız, sizi incittiklerini hissettiğinizde diğer insanlara bağırırsınız. Onlardan gerçekten yapmalarını istediğiniz şey, "Evet, anlıyorum. Seni incittiğim için üzgünüm."

Eğer*başkaları size öfkelerini ifade ederler veya bir şekilde sevgilerini esirgerlerse, onların olumsuzluklarının sizin yanıtınızın bir parçası olmasına izin vermeyin.*

İnsanlar sana acı verdiğinde ya da sana kızdığında, senden istediklerinin onları sevmen olduğunu anla. Geri çekilmenizi, sinirlenmenizi, incinmenizi veya kendinizi savunmanızı istemiyorlar. Gerçekte, sorun onlar için nadiren önemli bile. Kendi acılarını yaşıyorlar ve bunun sizinle hiçbir ilgisi yok. Suçu sana atsalar da, senin hatan olduğunu söyleseler de, sana yükledikleri her acı, içlerindeki bir acıdan, kalplerinin henüz açılmamış yerlerinden gelir.

Daha telepatik hale geldikçe, başkalarının acısını daha çok hissedebileceksiniz ve bu yüzden kalbinizde kalmak isteyeceksiniz. İnsanlığa daha yüksek alemlerden baktığınızda, çok fazla acı, öfke ve olumsuzluk olduğunu görmeye başlayacaksınız. Yine de çok iyi şeyler var.

Etrafınızdaki enerjinin daha büyük farkındalığına açılmaya başladığınızda, kendi enerjinizin farkındalığına da açılmaya başlayacaksınız. Kendinizde değiştirmek istediğiniz şeyleri görebilirsiniz. Gördüklerini yanlış yapmamak önemlidir, çünkü yaparsan ruhun onları sana açıklamaya devam etmeyecektir. Bunun yerine, bilincin ışığını ve kalbinizin sevgisini onlara getirmeye başlayabilmeniz için bu alanların size ifşa edildiğini bilin.

İnsanlar sana kızdığında geri çekil. Acılarından bahsetmekten daha iyi bir yol bilmediklerini fark edin. Yanlış bir şey yaptığınızı, kötü olduğunuzu, onları incittiğinizi veya üzdüğünü söylüyorlarsa, sözlerine kendinizi bağlamayın. Hissettikleri acıyla nasıl başa çıkacaklarını bildikleri tek yolun başkalarını suçlamak olduğunun farkına varın. Sorumlu olduğunuzu düşünmeyin. Kendi üzüntülerinden veya öfkelerinden sorumludurlar. Bir katalizör görevi görmüş olabilirsiniz, ancak acı önce içlerinde olmalıydı. Bu nedenle, öfkelerini ifade ettiklerinde, tartışmaya veya kendinizi savunmaya başlamayın; sadece sessiz kal, kalbini açık tut ve sevgini onlara odakla.

Konuştuklarında ve her şeyi anlattıklarında, onlara hatalı olduklarını, tarif ettikleri gibi davranmadığınızı söylemek için büyük bir ayartma olabilir. Dilini tut, çünkü sonunda minnettar olacaksın. Kendinizi öfkelendirmeden enerjilerini ifade etmelerine izin verin. Her şeyi söylediklerinde, hala sevgi dolu ve dengeli bir alanda olacaksınız, kendiniz hakkında iyi hissedeceksiniz. En zor derslerden birinde ustalaşacaksınız - öfke ve acı etrafında dengede kalmak.

Eğer*insanları affetmekte zorlanıyorsanız, onlarla bir sonraki konuşmanızda onların dünyadaki son günleriymiş gibi davranın.*

Kişi nasıl davranırsa davransın, kalbinden gelebilecektin. Cömert, sıcak ve sevgi dolu olurdunuz. Belki bir kadın sana acı çektirmiştir. Onu tekrar görmeye gittiğinizde, onun dünyadaki son günü olduğunu hayal edin. Kim olduğu, sana verdiği hediyeler, sana yolladığı sevgi için onu gerçekten ne kadar takdir ettiğini gör. Bunun onun son günü olacağını bilseydin, herhangi bir acıyı bırakıp yüksek bir seviyeden gelmenin kolay olacağını gör. Onu bir daha gördüğünde, bu görüşmenin son görüşmen olduğunu farz et. Onun hakkında harika şeyleri - ışığını, varlığını ve sevgisini - nasıl görmeye başladığınıza dikkat edin. Sizi incitmek gibi gerçek bir niyeti olmadığını, kendi acısından, kafa karışıklığından veya netlik eksikliğinden hareket ettiğini görün. Belki de onun içindeki bir düğmeye basan bir şey yaptın ve o sadece, bazen bir robot gibi kendi içindeki bir acı programına tepki veriyor.

Bu yüksek perspektiften gelebilirsiniz. Her bağlantıyı yüksek ve sevgi dolu yapabilirsiniz. Birlikte olmak için yalnızca bir şansınız daha olduğunu bilseydiniz, hayatınızdaki çeşitli insanlara karşı nasıl davranacağınızı zihninizde hayal edin. Eğer bir daha yanlarında olmayacaksanız, onları kesinlikle affettiğinize dair telepatik bir mesaj gönderin ve onlara sevgiler gönderin. Onlara gönderdiğiniz mesajları temizlemek için bir gününüz kaldığını hayal edin. Geri çekilip sizi terk etmiş olsalar bile, hala devam eden telepatik mesajlar var ve onları temizleyebilirsiniz. Biri öldü ve sizi terk ettiyse ve aranızda öfke varsa, bağışlamayı ruhunuz aracılığıyla iletebilirsiniz ve bu onlarınkine ulaşır.

İçindeki o acıyı serbest bırak. O huzurlu, daha yüksek duruma gidin. Bağlantı kurduğunuzda, durumu yeniden ele almadan, ayrıntılara girmeden, bunun yerine sadece birlikte huzur içinde oturarak onlarla sessizce oturun. Onlara, sizi incitmek istemediklerini bildiğinizi, konumlarını anladığınızı söyleyin. Sevgi dolu ol, acı kaybolacaktır.

Daha yüksek bir seviyeden hareket etmeye ve daha sevecen olmaya karar vermiş olsanız bile, bunu bir insanla ilk kez birlikte olduğunuzda çok uzun süre yapamayabilirsiniz. Zihninizde bu yüksek enerjiyi tutabileceğinizi düşündüğünüz bir zaman sınırı belirleyin. Belki yeni kimliğinizi koruyabilirsiniz veya o sevgi odağını on dakika kadar tutabilirsiniz. Biriyle zor bir durumdaysanız, yeni ve daha yüksek benliğiniz olmak için bu ilk girişimde onunla dört ya da beş saat geçirmeyi planlamayın. Daha yüksek odağı koruyabileceğinizi ve tutabileceğinizi bildiğiniz uzun bir süre olan kısa bir temas ayarlayın. Bu kişiyle yaşıyorsanız, bağlantı kurmaya hazır olana kadar sizi meşgul edecek ve onun enerjisinden uzak tutacak şeyler bulun.

Biriyle kavga ettiyseniz veya negatif enerji yaşadıysanız ya da birisinin sizden geri çekilmesini sağladıysanız, bu kişiyle bir daha bağlantı kurduğunuzda bunu, bunu korumanıza izin verecek şekilde, yer ve zamanda yapın. daha sevgi dolu bir bakış açısı. Kapandığınızı, öfkeye ya da acıya kapıldığınızı hissettiğinizde, gitmek için bir bahane bulun. Pratik yaparak bunun daha kolay hale geldiğini, doğal ve otomatik olarak bunu yapabilene kadar insanlarla daha uzun ve daha uzun süreler boyunca daha yüksek ve daha yüksek bir odaklanma yapabileceğinizi göreceksiniz. Yavaş yavaş yeni, daha sevgi dolu ve daha yüksek bir sizi keşfedeceksiniz.

OYUN KILAVUZU

1 | Şu an hayatında seni üzen, inciten bir durum varsa, birine kızıyorsan ya da o sana kızıyorsa buraya yaz.

2 | Sessizce otur ve ruhunu davet et. Zihninizi huzurlu düşüncelerle doldurun. Daha yüksek, daha hafif ve daha huzurlu bir seviyeye yükseldiğinizi hayal edin. Ruhunuzdan bu durumdan ne öğrendiğinizi size göstermesini isteyin. (Diğer kişinin size öğrenmeniz gereken bir şeyi öğretmek için bu rolü üstlenmeye gönüllü olduğunu görün.) İçgörülerinizi buraya kaydedin.

3 | Bu kişiyi bir sonraki görüşmenizin, birlikte geçirdiğiniz son zaman olacağını, muhtemelen onun dünyadaki son günü olacağını hayal edin. Tanıdığınız en güvenli, sevgi dolu, şefkatli ve bilge kişi olduğunuzu da hayal edin. Ona durumu iyileştirecek ve aranızda sevgi yaratacak ne söylerdiniz?

12.

Sezginizi Açmak

Sezgi nedir ve nasıl çalışır? Bazen sezgiyi ne olmadığını söyleyerek açıklamak daha kolaydır. Her şeyi çözen zihin değildir. 4- b + c = d giden bir bilgisayar gibi çalışmaz. Bir bilgisayarın yaptığı gibi mantık ilkelerini kullanmaz. Sezgi ego değildir; bir biçim ve yapı dünyasında işlemez.

Sezgi, kelimeler olmadan bilme, açıklamalar olmadan gerçeği hissetme yeteneğidir. Sezgi, timtf ve uzayın ötesinde çalışır; yüksek benliğinize bir bağlantıdır. Sezgi fiziksel bedene bağlı değildir. Geçmişin, bugünün ve geleceğin eşzamanlı olduğunu bilerek çalışır. Bilinçli zihninizin arzularını alır, geleceğe gider ve onlara sahip olmanız için yollar bulur. İçgörüler, vahiyler ve dürtüler aracılığıyla sizinle konuşur. Size aklın söyleyeceği gibi, "Bunu yarın yapmalıyım, bu benim listemde, bunu yaptırırsam iyi olur" demez. Bunun yerine sezgi "Eğlenceli olmaz mıydı, olmaz mıydı?

neşe dolu? Bugün yapmak istediğim şey bu." Çoğu zaman sezgi, içinizdeki oyunbaz çocuğun sizi sıkı çalışmanızdan uzaklaştırıp, güçlü iç dürtüleriyle neşe ve oyun dünyasına çekmeye çalıştığını hisseder. aylarca çalıştığınız ve bulmaya çalıştığınız tüm cevaplarla.

Sezgi, fikirleri bir anda sentezleyebilir. Edison ve Einstein gibi dahiler, çok rafine ve yüksek bir sezgi düzeyinde çalıştılar. Fikirlerini zaman ve mekanın dışından getirdiler. Sezgi, bilinenin ötesinde bilinmeyene gider. Başka bir kişinin zihninde bilinmeyen cevapları ve bilgileri bulmanıza yardımcı olabilir. Altıncı çakra olan sezgi, indigo rengi olan kırmızı menekşe ile ilişkilidir. O rengin size çekici geldiğini fark ederseniz, bu alanda açılım yapıyor olabilirsiniz. Altıncı çakrayı veya üçüncü gözü açanlarınız için zorluk, sezginizi duymak ve ardından eylemle onu takip etmektir.

Birçok*sezginizi takip ettiğinizde kapılar açılacaktır.*

Yıllardır üzerinde çalıştığınız sorunlara bir saniyede cevap bulabilirsiniz. Diyelim ki bir işten ayrılmak istiyorsunuz ve aklınız "Giderseniz aç kalırsınız, paranız yok, yapamazsınız" deyip duruyor. Bu arada sezginiz, "Peki, neden yapabiliyormuş gibi davranmıyorsunuz - belki dışarıda bunu gerçekleştirecek bir veya iki mucize vardır" diyor. Akıl ve sezgi arasındaki uçurumu kapatmak için güven ve inancın kalp enerjisini kullanın. Sezgi genellikle size mantıklı görünmeyen cevaplar verir, ancak cevaplar, onlara güvenir ve onlara göre hareket ederseniz işe yarar.

Sezginizi nasıl geliştirebilirsiniz? Önce güvenmeyi öğrenin. Hepiniz fısıltılar duyuyorsunuz, ne yapmak ve ne olmak istediğinize dair kafanızda fikirler var. Kendiniz için daha tatmin edici bir yaşam vizyonunuz var, ancak bazılarınız bu vizyon hakkında çok sık hayal kurmanıza izin vermiyor ve hatta daha

azınız buna günlük deneyiminize dahil edecek kadar güveniyor.

Sezgi dünyasında çok fazla yaşamanın bazı tuzakları vardır. Birincisi, sezginin gelecekte işlemesi ve gelecekteki fikirlerle gözlerinizin kamaşması olabilir, bu nedenle şimdiki zaman, aksine, sıradan ve sıkıcı görünebilir. Fiziksel gerçeklik ile zihinsel gerçeklik arasında bir fark vardır. Fiziksel dünya, sezgi dünyasından veya düşüncelerinizin dünyasından çok daha yavaş enerjiden oluşur. Sezgileriniz ve zihninizle bir fikir tasarlayabilir, onu meyve verene kadar taşıyabilir ve onu bir anda yaşayabilirsiniz. Bunu fiziksel gerçeklikte gerçekleştirmek çok daha fazla zaman alır, çünkü fiziksel gerçeklik dünyası biçim ve zamanı içerir. Fikirler üzerinde düşünmek onları gerçekten yaratmaktan çok daha eğlenceli olabilir. Sezginizi fiziksel gerçekliğe çevirmek istiyorsanız, sabır, güven, itimat niteliklerini geliştirin.

Hepiniz sezginizi kullanma ve önsezilerinizi takip etme yeteneğine sahipsiniz. Bazen telefon çaldığında kimin konuşacağını bilirsiniz. Bu sezgidir. Ayrıca kim olmak istediğinize dair bir vizyonunuz var. Buradaki zorluk, bu vizyona dikkat etmek, onu eylemleriniz, sözleriniz, tutumlarınız ve davranışlarınızla eşleştirmek. Sezginize göre hareket ettiğinizde gerçek gücünüzü hissedeceksiniz.

oyunculuk*sezginize göre hedeflerinizi size daha hızlı getirir.*

Entelektüel düzeyde varsanız, muhtemelen yapmanız gereken şeylerin bir listesi vardır. ("gerekir" kelimesini dinleyin.) Muhtemelen gününüzü, haftanızı ve ayınızı planlamışsınızdır. Yine de neden kendinizi neşeli ve özgür hissetmediğinizi merak ediyorsunuz. Akıl dünyasında çok fazla yaşıyor olabilirsiniz. Akıl ve sezgi aynı zamanda sol beyin ve sağ beyin olarak da adlandırılır. Sol beyin, ezberleyen, mantıkla uğraşan ve zaman odaklı, sıralı bir şekilde düşünen parçanızdır. Sağ beyin sezgi ve

duygular, yaratıcılık ve hayal gücüdür; kelimelerin ötesinde dünya.

Sezgiler dünyasında yaşamak yetmez, çünkü orada yaşayan insan hayal kurmaktan, hayal kurmaktan ve belki de büyük konuşmaktan başka bir şey yapmayacaktır hayatında. Hepiniz büyük vizyonlarından ve planlarından bahsedip duran ama yine de yoksulluk içinde yaşayan ve hiçbir şey yaratmamış insanları gördünüz. Sezgiyi gerçeğe dönüştürmek çok fazla odaklanma, sabır, irade ve niyet gerektirir. Fiziksel gerçeklikte, bir fikir aklınıza geldiği an, o çoktan eskimiştir. Geçmişte üzerinde çalıştığınız şeyleri onurlandırmak, geçmişte kendinizi sevmek bu yüzden önemlidir. Sezginiz aracılığıyla bilince ulaştığı anda, onu duyduğunuz anda her şey anında geçmişte kalır. Kim olduğunuzu ve nereden geldiğinizi onurlandırın; geçmişini onurlandır ve sev.

Birçoğunuz, kim olduğunuz için kendinizi aşağılama eğilimindesiniz. Örneğin bir kitap yazıyorsanız, bir yıl önce yazdıklarınızı beğenmeyebilirsiniz. Yükselen bir kariyerdeyseniz, geriye bakıp "Daha iki üç yıl önceydim" diyebilirsiniz. Daha fazla
geçmiş benliğinizi onurlandırabilirseniz, sezginizin sesini ne kadar çabuk duyabilir ve geleceğinize doğru hareket edebilirsiniz. Kim olduğunuzu sevmiyorsanız sezginizi duymanız zordur, çünkü sezgi, geçmişte geliştirdiğiniz formları sevebileceğiniz dereceye kadar açılır. Var olmaya çağırdığınız şeyi ne kadar çok severseniz, o kadar yüksek bir sezgi düzeyinde işlem yapabilirsiniz.

sevgi dolu enerjiyi geçmişinize aktarın.

Geri dönüp anılarınızı temizlemek önemlidir, çünkü çoğu zaman ego size geçmişin sizi geride tutacak istenmeyen olumsuz anılarını getirecektir. Acılı zamanlarda geliştirmekte olduğunuz ruh niteliklerini görün ve yapmayı bildiğiniz en iyi şeyi

yaptığınızı görün. Bugün sahip olduğunuz içgörüler, beceriler ve tutumlar o zamanlarda geliştirildi.

Her ders, sizi bir sonraki adımı mümkün kılan gelişimle baş başa bıraktı. Başardığınız harika şeyleri ne sıklıkla düşünürsünüz? Başarmak istediğiniz her şeyi başarıyla yaptığınıza dair anılarınız zaten var; onları düşünmek şimdi başarıya ulaşmanıza yardımcı olacaktır. Tam hafızaya sahip değilseniz, bir araya getirildiğinde size yardımcı olabilecek yeterince benzer deneyime sahipsiniz.

Sezginizin vizyonlarını gerçeğe dönüştürmek istiyorsanız, önce onun görüntülerini yakalamalı, onları yavaşlatmalı, zihninizde tutmalı ve sonra bunları eyleme geçirecek kadar sabırlı olmalısınız. Sezginizi yakaladığınız an, onun görüntüsü bir anıya dönüşür ve böylece geçmiş olur. Geçmişi, şimdi gerçeğe dönüştürdüğünüz vizyonları içerdiğinden, olumlu düşüncelerle hatırlamak önemlidir.

Zihninizin yaptığı "yapmalılar" listelerini tekrar düşünün. Her adımı en ince ayrıntısına kadar düşünerek zihinsel düzeyde geleceğinizin haritasını çıkarmaya çalışarak haftalar, aylar, hatta yıllar geçirebilirsiniz. Size hedeflerinize ulaşabileceğinize dair inanç ve inanç verdiği için bir plana sahip olmak değerlidir. En önemli şey, hedeflerinize dair sabit bir vizyona sahip olmaktır. Planı çok katı bir şekilde uygularsanız, mucizeleri ve içinizdeki yaratıcı enerji akışını inkar edersiniz. Sezginizi takip ederek istediğinizi yaratmak her zaman daha hızlı ve daha kolaydır. Oyunculuğuyla size zekanızın tüm amaçlarını ve vizyonlarını ve genellikle daha fazlasını getirebilir. Sezgi sık sık, "Bugün hiçbir şey yapmayalım, yürüyüşe çıkalım, ormana gidelim, kitapçıya gidelim, çok verimsiz bir şeyle kendimizi şımartalım" der. Sonra, bakalım, günün sonunda daha yüksek hedefleriniz için listenizdeki her şeyi yaparak üreteceğinizden daha fazlasını ürettiniz. Belki de sizi hedeflerinizin altı ay ilerisine götüren bir fikir buldunuz - çünkü sezgiler gelecekte yaşıyor.

Birçoğunuz şimdide veya geçmişte olmaktansa gelecekte olmayı tercih edersiniz. Ama unutmayın, gelecekte yaşamak ve

vizyonları şimdiki zamana geri getirmek bir şeydir ve bu vizyonlara asla göre hareket etmemek başka bir şeydir. Vizyonlarınıza göre hareket etmezseniz, istediğiniz hayatı yaratamazsınız.

Sezginizi açmanın en iyi yolu onu dinlemektir.

Kaçınız zihninizde görmezden geldiğiniz fısıltılar duyuyorsunuz? Örneğin, kaçınız bir kariyer için ne yapmak istediğinize dair fısıltılar duydunuz, ancak bunu yapamamak için sürekli nedenler yarattınız? Neden yapabildiğinize dair sebepler yaratmak daha kolay olmaz mıydı? Kendinizi geride tutmak, ilerlemenize izin vermekten çok daha fazla enerji gerektirir. Negatif üzerine kafa yorduğunuzda kendinizi ne kadar bitkin hissettiğinizi ve pozitif üzerinde kafa yorduğunuzda kendinizi ne kadar enerjik hissettiğinizi ve her şeyin ne kadar kolay ilerlediğini bir düşünün.

İşinizi gerçekten bırakmak ve bir hobi veya uzun süredir devam eden bir ilginin peşinden koşmak isteyebilirsiniz. Zihninizi size bunun işe yarayacağını fısıldarken bulabilirsiniz. Alanınızda başarılı olan başka insanları duyabilir ve evrenden bunun doğru yol olduğuna dair her türlü belirtiyi bulabilirsiniz. Sezgi, sevdiğiniz için çekildiğiniz şeylerle sizi geleceğe çağırır. O sesi takip ettiğinizde her yerde açılan kapılar bulacaksınız. Kapalı kapılar buluyorsanız, size gitmenin daha iyi bir yolu olduğunu söyleyen evrendir. Kapalı kapıları itmeye devam etmeyin; açık olanlar için etrafa bakın.

Sezgi sizinle şimdiki zamanda konuşur. Dürtüler, fikir parlamaları, içgörüler ve duygular yoluyla sezgi sizi belirli yönlere doğru hareket ettirir. Bunu duymak için, iç dünyanızdaki fikir ve duygulara dikkat edin. Duygularınız sizi başka bir şey yapmaya zorlarken kendinizi bir şey yapmaya zorluyorsanız, sezginize dikkat etmiyorsunuz demektir. Sezginiz size sürekli

mesajlar gönderiyor, her an enerjinizi açmak için ne yapmanız gerektiğini söylüyor. Sizi her zaman canlılığa ve daha yüksek bir yola yönlendiriyor.

Zekanız genellikle sezginizle savaşabilir. Kültürünüz, bilim ve rasyonel, mantıklı zihni geliştirmeye yönelik akademik dünya aracılığıyla size zekanızı onurlandırmanız öğretildi. Yine de en büyük icatlarınızın birçoğu -radyo, elektrik lambaları, televizyon- akıl ve sezginin bir sentezinden geldi. Zeka oldukça geliştirilebilir; gösteriyi yönetmeyi seviyor. Ayrıca sezgi tarafından tehdit edildiğini hissedebilir. Çoğunuzun "çok kolay oluyorsa, doğru değildir" diyen inançları var. Veya, "Eğer çok çalışmazsam, sonuçlar değerli olmaz." Bu, aklın kontrol edebileceği bir yoldur.

W/ien*sezgilerinizle hareket edersiniz, her şey her zaman kolayca gerçekleşir.*

Zihniniz her şeyi mantıklı bir şekilde planlamayı sever; sezginiz spontane. Esnek olmak önemlidir. Önceden planlanmış hedeflerinize katı bir şekilde bağlı kalırsanız, sezginizden size işleri nasıl kolaylaştıracağınızı söyleyen birçok mesajı kaçırabilirsiniz. Kendinizi bir şey yapmaya direnirken bulursanız, durun ve bunun yerine ne yapmayı tercih edeceğinizi kendinize sorun. Gidilecek en yüksek yol olmayabilir veya yanlış zaman olabilir. An be an duygularınıza güvenir ve ona göre hareket ederseniz, sezginiz ve evrenle birlikte akıp gidersiniz.

Aklın bir rolü vardır ve bu, planlar formüle etmek, nereye gideceğine karar vermek ve işleri eylemle gerçekleştirmektir. Akıl bir geminin kaptanı gibidir, haritalara bakar, planlar yapar ve gemiyi yönetir. Yine de hava ve okyanus aslında rotayı belirliyor; kaptan esnek kalmalı ve planlarını bir kılavuz olarak kullanmalıdır. Yani geminizi yöneten akıldır. Sezgi size

önünüzdeki fırtınaları, dolambaçlı yolları (kestirme olduğu ortaya çıkan) söyler; size en yüksek hayrınızı getirmek için tasarlanmış bir gelecek yolunu izler. Hedefler belirlemek, sizi daha yükseğe hedeflemek için aklınızı kullanın. İradenizi ve niyetinizi daha yükseğe çıkmaya odaklayın - bu, sizi rotada tutmak, hedefler belirlemek ve dünyayla etkileşim kurmak için aklınızı en iyi şekilde kullanmaktır. Sezgileriniz sizi oraya en iyi, en hızlı ve en kolay yoldan götürecektir - eğer duygularınızı, önsezilerinizi,

Örneğin, yeni bir kariyer isteyen kişiyi ele alalım. Eğer onu bırakıp zihninde canlandırmaya devam ederse, sezgisi onu ona yönlendirirdi. Bir gün, şakacı bir yürüyüş dürtüsünü takip ederken, bir insanla karşılaşabilir veya aklına bir başlangıç noktası sağlayacak bir fikir gelebilir. Akıl, mantıksal olarak bir yol oluşturmaya çalışabilir ve işlerin yürümesi için herhangi bir yol görmeyebilir. Duygularınızı ve sezginizi takip etmek büyük bir güven gerektirir, çünkü sezgi genellikle size her seferinde yalnızca bir adım gösterir.

Duygularınızı dinlemeyi ve onlara göre hareket etmeyi öğrenerek sezginizi açabilirsiniz. Bir şeyi yapma dürtünüz olduğunda, yapın. Sevmediğiniz bir işe gitmek için kendinizi zorlamayın, duygularınızı dinleyin. Hayatını kazanmanın yeni yollarına açılmaya başla. Duygularınıza göre hareket etmek bir inanç sıçraması gerektirebilir. Bu içsel dürtüleri dinlediğiniz, onlara göre hareket ettiğiniz ve başarınıza hayran kaldığınız tüm zamanlara dönüp bakın.

Sezginizi takip etmek, büyük bir güven ve inanç gerektirir. Bu kaliteyi daha da geliştirmek için geriye dönüp kendinize inandığınız, fısıltıları duyduğunuz ve onlara göre hareket ettiğiniz zamanları hatırlayabilirsiniz. Sezgiye göre hareket etmek esneklik ve kendiliğindenlik gerektirir. Bu nitelikleri geliştirmek için, esnek olduğunuz, planlarınızı bıraktığınız ve işlerin beklediğinizden daha iyi sonuçlandığı zamanları hatırlayabilirsiniz. Verimliliği artırmak istiyorsanız, fısıltılarınızı dinlemenize ve onlara göre hareket etmenize izin verin.

Oynamak için kendinize izin verin. Yapmak istediğin şeyleri yap. Tekrar çocuk ol. Hayatınızda eğlence yaratın ve yaratıcı enerjinizin daha önce hiç olmadığı kadar uyanacağını ve akacağını göreceksiniz.

OYUN KILAVUZU

1 | Geçmişte üç kez sezgilerinizi takip ettiğinizi yazın -belki bir duygu, önsezi veya dürtüyle hareket ederek- ve her şey yolunda gitti:

2 | Zihninizin size yapmanızı fısıldadığı, hatta bağırdığı en az üç şeyi yazın. Bunlar küçük veya büyük şeyler olabilir.

3 | Her birini hayatınıza sokmak için atabileceğiniz bir adımı düşünün.

4 | Bu adımı atacağınız tarihi takviminizde işaretleyin.

13.

Zihniniz, İç Diyalog ve Kişisel Yayın

Zihniniz güçlü bir enerji yayını yapar. Aynı zamanda dünyayı nasıl deneyimlediğinizi ve ne yarattığınızı da belirler. Düşünceleriniz manyetiktir; senden çıkıp düşündüğün şeyleri sana çekiyorlar. İç diyaloğunuz önemlidir, çünkü kendinize çekeceğiniz olayları, insanları ve nesneleri kendinizle konuşma biçiminiz belirler.

Daha hafif olmak, hayatınızda daha mutlu olaylar yaratmak için, kendinizle veya başkalarıyla konuşurken daha yüksek sözler ve düşünceler kullanmak önemlidir. Düşünceleriniz gerçekliği yaratır; dünyaya çıkarlar ve diğer insanları etkilerler. Siz enerjinin daha yüksek alemlerine geçerken, kalitelerini artırarak düşüncelerinizi yükseltmek isteyeceksiniz. Daha saf, daha nazik ve daha sevgi dolu düşünceler düşünmeye başladığınızda, bedeninizin manyetizmasını değiştirmeye ve evrenin daha yüksek planları ile rezonansa girmeye başlayacaksınız.

İç diyaloğunuzu izleyerek başlayabilirsiniz. Kendinizi sık sık yanlış yapar mısınız? Kendinize çabalarınızın yeterli olmadığını söylüyor musunuz? Her zaman acele etmeye, acele etmeye, kendinize empoze ettiğiniz ve makul olmayan son tarihler vermeye mi çalışıyorsunuz? Her zaman diğer insanları memnun etmeye mi çalışıyorsunuz, kendinize birisi mutsuzsa bunun sizin hatanız olduğunu ve başarısız olduğunuzu mu söylüyorsunuz? Eleştirel misiniz, iyiyi görmek yerine her şeyde hata mı buluyorsunuz, neyin işe yaramadığını ve doğru olmadığını mı arıyorsunuz? Neyin eksik ve yanlış olduğuna mı yoksa neyin işe yarayıp iyi gittiğine mi odaklanıyorsunuz?

İç diyaloğunuzu kontrol etmeyi öğrenmek, sizi kontrol etmek yerine zihninizi itaat ettirmeyi öğrenmektir. Rastgele ortaya çıkan düşünceler tarafından yönetilmek yerine, aklınıza hangi düşüncelerin geleceğini seçebilmeyi öğrenmektir. Evrimin amacının bir kısmı, zihni ruhun egemenliğine sokmak. İç diyaloğunuzu izleyerek, kendinizi severek ve (en iyi öğrenme deneyimleri olarak görülen) tüm hatalarınız için kendinizi affederek, düşünme seviyenizi yükseltirsiniz. Hangi kelimeleri kullandığınıza ve bunları söylerken nasıl hissettiğinize dikkat edin.

Yüksek, sevgi dolu sözler tekrar tekrar söylemek zihninizin titreşimini yükseltir.

Belirli bir düşünceye uzun süre odaklanamıyorsanız endişelenmeyin. Zihni bir durgunluk ve odaklanma noktasına getirmek, yıllarca devam eden gözlem ve niyet gerektirir. Bir veya iki an için bile olsa daha yüksek ideallere ve düşüncelere odaklanmayı başardığınız her seferinde, kendinizi tebrik edin. Bunu ne zaman düşünürseniz, dikkatinizi daha yüksek

düşüncelere çevirmeyi unutmayın. Kendinize söylediğinizde sizi iyi hissettiren kelimeleri arayın.

Endişeli veya depresif hissettiğinizi fark ederseniz, enerjinizi yükseltmek için olumlu sözler kullanın. Bunlar ruhun sözleridir. Bunları ifade haline getirmek zorunda değilsiniz. SEVGİ, AÇIKLIK, İRADE, NİYET gibi kelimeleri kendinize söyleyin. GÜÇLÜYÜM, VERİYORUM, SEVGİLİYİM, BAĞLIYIM, BOL, IŞIKLI, HAFİF, COŞKULU, HUZURLU, HUZURLU, HUZURLUYUM. Bildiğiniz tüm güzel, ilham verici kelimeleri düşünün. Bu kelimelerin varlığınızın daha derin kısımlarına ulaşması için onları ifade haline getirmenize gerek yok. Barış kelimesini söylediğinizde, dünya çapında milyonlarca zihinde var olan barışın titreşimine açılırsınız. Huzurlu düşünceler ve olaylarla bağlantı kurarsınız, çünkü dış dünyada uyum sağlayabileceğiniz çok fazla barışçıl enerji vardır. Kendi kendinize konuşurken ZAHMETSİZ, İLHAM ALAN ve YARATICI gibi olumlu, yüksek sözler kullanın. Bu yüksek kelimeleri bilinçli olarak kullanın. Kendinizi kötü hissediyorsanız, bunları tekrar tekrar söyleyin ve düşüncelerinizi değiştirmeye başlayacaksınız.

Kendi kendinize konuşurken, şimdiki zamanı belirten kelimeler kullanın. "Bir gün yapacağım" demek yerine; "Artık öyleyim" deyin. Zihin, kendinize söylediklerinizi tam anlamıyla yorumlar. "Mutlu olacağım" derseniz, zihniniz bunu tam anlamıyla alır ve istediğinizi şimdi yaşadığınız bir olay olarak değil, gelecekte olacak bir şey olarak yaratır. (Bu, onu asla deneyimleyemeyeceğiniz anlamına gelir.) Şimdi istediğiniz şeyi gelecek zamana koymamaya dikkat edin; bunun yerine zaten sahip olduğunuz bir şey gibi konuşun: "Kendimi bugün olduğum gibi seviyorum. Bugün mutluyum. Artık param var. Artık ruh eşim var." Söylediğin gibi doğru görünmeyebilir, ama yakında olacak.

"Ben yeterli değilim" derseniz, zihniniz bu ifadeyi alır ve kendinizi yetersiz olarak deneyimlediğiniz dışsal olaylar yaratmaya başlar. Her gün aklınızdan 40.000 ila 50.000 düşüncenin geçtiğini hayal edin. 2000 tanesini bile ışık, sevgi,

bolluk, neşe düşüncelerine dönüştürebilirseniz, yaşadıklarınızı hızla değiştireceksiniz. Bir ay içinde yaşam deneyiminiz çok farklı olacak. Deneyiminizi değiştirmek için o kadar çok yüksek ve sevgi dolu düşünce gerekmez, çünkü yüksek ve sevgi dolu düşünceler, daha düşük nitelikteki düşüncelerden çok daha güçlüdür.

Arzu ettiğiniz nitelikler hakkında sanki zaten sahipmişsiniz gibi konuşun.

Organize olmayı arzuluyorsanız, "Artık organize olacağım" yerine "Artık organize oldum" demeye başlayın. Daha yüksek kelimeler kullandıkça auranızı, duygularınızı ve fiziksel bedeninizin sağlığını değiştirirsiniz. Kendinizi daha iyi hissetmekle kalmaz, aynı yüksek düşünceleri taşıyan diğer insanlara uyum sağlamaya ve hayatınızda daha bereketli, sevgi dolu, neşeli ve huzurlu olaylar yaratmaya başlarsınız.

Yapmalı, yapmalı ve yapmalı kelimelerini ne zaman kullandığınıza dikkat edin. Bu kelimelerle sık sık kendi kendinize konuşur musunuz? Genellikle isyan çıkarırlar ve niyetlerinin tersini yaratırlar. Kendinizle kızgın bir ebeveyn gibi mi konuşuyorsunuz yoksa kendi enerjinizle akmanıza izin veren sevgi dolu bir sesiniz mi var? Kendinize bir şey yapmanız gerektiğini söylerken yakaladığınızda, daha izin verici ve nazik bir şeye, yani bir emir yerine bir öneriye geçip geçemeyeceğinize bakın.

Zihninizle çalışmak, vahşi bir atı evcilleştirmek gibidir. İlk başta zihniniz isyan edebilir. Odaklanmayı öğrenmeye çalışırken, zihniniz sizi başka yöne çekebilir ve istediğinizden başka bir şey düşünebilir. Zihninizi ruhunuzun rehberliğine daha fazla teslim ettikçe, ne düşündüğünüze bağlı olarak düşüncelerinizin çevrenizdeki herkese katkıda bulunduğunu veya onları

engellediğini fark edeceksiniz. Gönderdiğiniz düşünceler sizin ve diğer insanların lehinde veya aleyhinde çalışabilir. Orada olmayan birinden bahsettiğinizi ve onu hatalarından dolayı eleştirdiğinizi hayal edin. Karşınızdaki kişi orada olmasa bile, söylediklerinizi telepatik olarak işitebileceğini anlayın. Sizden geldiğini bilmeyebilir, ancak kim olduğu konusunda daha az güçlü ve daha kötü hissedecektir. Sizi düşünen diğer insanların eleştirilerini de kendinize çekeceksiniz.

Zihninize koyduğunuz düşüncelerle çevrenizdeki insanların enerjisini yükseltebilir ya da moralinizi bozabilirsiniz. Enerjiyi algılama beceriniz geliştikçe, onu etkileme beceriniz de gelişir. Düşünce çok süptil enerjileri içerir. Göze batmayan ve bilinmeyen ya da ünlü olabilir ve insanlık üzerinde bir o kadar etkili olabilirsiniz. Birçok büyük varlık isimsiz hayatlar yaşamayı seçer. Çok özel olduğunuzu, önemli bir misyonunuz olduğunu hissedebilir, ancak yine de hayatınızda bu duyguya uygun hiçbir şey yapmadığınızı hissedebilirsiniz. Büyük bir misyona sahip olmanın ünlü olmanız gerektiği anlamına geldiğine dair bir kitle düşüncesi var. Yapacak çok önemli işleri olan çok sayıda gelişmiş ruh, bunu anonim olarak yapmayı seçer. Belki işiniz küçük bir arkadaş çevresini veya bir aile yetiştirmeyi içeriyor. Kişiliğinizin standartlarına (ki bu sadece onun biçimine bakar) ve diğer insanların veya toplumun standartlarına göre yargılıyorsanız, burada yeryüzünde yaptığınız işin değerini bilemezsiniz. Hayatınızın insanlık üzerindeki etkisini ancak ruhunuzun gözleriyle bilebilirsiniz.

İle*kendinizi geliştirebileceğiniz en yüksek seviyeye çıkararak, bir adım arkanızdakilerin geçmesi için bir kapı yaratırsınız.*

İnsanlık için yapılan büyük işlerin çoğu, yüksek titreşimli

düşünceler yaratarak telepatik arenada yapılır ve halkın tanınmasını gerektirmez. Bir sonraki seviyeye evrimleşen her varlık, sadece bir adım geridekilerin takip etmesini çok daha kolaylaştırır. Daha yüksek düşüncelere sahip oldukça, derslerinizi öğrenip daha fazla sevgi ve barış yaydıkça, insanlığa değerli bir katkı sağlıyorsunuz. Sizden yayılan bu düşünce çizgileriyle birçok insanı etkilersiniz. İnsanlar üzerinde büyük bir etkiniz olması için ünlü olmanız, televizyona çıkmanız veya kitap yazmanız gerektiğini düşünmeyin. Bazı insanlar, evrensel zihne eriştiklerinde insanlık için o kapıyı açacak şekilde belirli alanları öğreniyorlar. Yarattığınız her yerde daha yüksek, daha bilge ve daha sevgi dolu düşüncelere katkıda bulundunuz.

Gezegen için büyük bir barış vizyonuna sahip olanlar var, böylece insanlar barışı düşündüklerinde onun bir vizyonuna uyum sağlayabilecekler. Çok münzevi hayatlar yaşarlar ve çok nazik ve sevecen varlıklardır, neredeyse isimsizdirler ve genellikle tecrit edilmiş alanlarda tek başlarına yaşarlar. Yaptıkları tek şey, arzu eden herkesin bu görüntüleri telepatik olarak mevcut bulabilmesi için barış vizyonunu taşımaktır. Birçoğunuz kendi kişisel yayınınız aracılığıyla dünyayı telepatik olarak bilemeyeceğiniz şekillerde etkiliyorsunuz.

Düşünceleriniz bir mıknatıs gibidir. Düşüncelerinizin seviyesi neyi çektiğinizi belirlemekle kalmaz, neyi etkilediğinizi de belirler. Daha yüksek düşünceler düşünürken, evrendeki daha yüksek güçler ve yerler ile bağlantı kurmaya başlarsınız. Zihniniz daha yüksek planlarla bir yakınlık yaratırken, yaşamınıza giderek daha fazla ışık çekmeye başlarsınız. Daha karanlık acı veya korku düşünceleriniz olduğunda, evrenden benzer düşünceleri çekersiniz ve daha düşük seviyede faaliyet gösteren insanlarla bağlantı kurduğunuz için yukarı doğru ulaşmakta daha zor olabilirsiniz.

Düşünceleriniz gerçekliği yaratsa da, belirli bir kendini sevme ve zihinsel ustalık düzeyine ulaşana kadar düşünceleriniz ile tezahür etme yetenekleri arasında bir perde vardır. Düşüncelerinizin neden her zaman istediğinizi yaratamayacak

gibi göründüğünü merak etmiş olabilirsiniz. Örneğin, vücudunuzun zayıf olduğunu hayal ediyor olabilirsiniz ve yine de tepki vermiyor. Düşüncelerinizin neden daha ince bir realiteyi tezahür ettirmediğini merak ediyorsunuz. Ancak, bedeniniz hakkında pek çok sevgi dolu düşünceniz yoksa, bedeniniz hakkındaki her düşüncenin anında tezahür etmesini istemezsiniz. O alanla ilgili düşünceleriniz bir üst düzeye çıkana kadar, o alandaki düşünce ile onun yaratılması arasında bir perde olacaktır. Bunu değiştirmek istiyorsanız, vücudunuz hakkında daha sevgi dolu bir şekilde düşünmeyi öğrenebilirsiniz. Vücudunuzu yere indirip koymadığınıza dikkat edin, Eğer bu konuda sevgisiz düşünceleriniz varsa ve onları kabul etme düşünceleriyle değiştirin. Vücudunuzla ilgili tüm düşüncelerinizi daha sevgi dolu ve kabul edici düşüncelerle değiştirdikçe, hayal ettiğiniz daha ince bedeni yaratmanız mümkün hale gelir, çünkü olumsuz resimleriniz artık potansiyel hasar oluşturacak şekilde mevcut değildir.

Aklınıza gelen her düşünce anında yaratılsaydı, üstesinden gelemezdiniz. Hayatınız çok çabuk değişirdi. Eviniz günden güne farklı olurdu. Her şey düşüncelerinizin hızıyla değişseydi, dünyanız işleyemezdi. Böylece, düşüncelerinizi tezahür ettirmekle aranızda duran bir perde yarattınız. Sevgi dolu ve yüksek oldukları alanlarda düşüncelerinizi daha hızlı tezahür ettirebileceksiniz. Eğer bir alandaki sevgisiz düşüncelerin üstesinden gelmediyseniz, o alandaki düşüncelerinizi anında tezahür ettirmek çok yıkıcı olacaktır. Bir şeyi elde etmeye çalışıyorsanız ve o şey gelmiyorsa, hayatınızın o alanıyla ilgili sahip olduğunuz tüm düşüncelere bakın ve keşfettiğiniz olumsuz düşüncelerin yerine daha kaliteli düşünceler koyun.

Erkeklerin "Zihinsel Kardeşliği" denen şeyde, her yönde zihinsel bağlarınız var. Ruhunuzun bir amacı, zihninizi daha yüksek, daha sevgi dolu bir titreşime getirmektir. Bunu yapmak için, insanlardan değil, gerçekliğin daha yüksek seviyelerinden düşünceler almak istiyorsunuz. Başkalarını boş boş düşünürseniz, o anda sahip oldukları duygu ya da düşünce

düzeyi ne olursa olsun onu kendinize çekersiniz. Acı çekiyorlarsa, içine çekersiniz. Bu nedenle, diğer insanları düşündüğünüzde onlara sevgi göndermeniz önemlidir, çünkü sevgi gönderirken onların yayınını alamazsınız. Aklınıza gelen insanları fark ederseniz, onlara sevgi gönderin ve bırakın gitsinler; onların durumu ya da hayatlarında neler olup bittiği üzerinde durmayın, çünkü böyle yaptıkça onların gerçekliğini kendi gerçekliğinize getirmeye başlarsınız.

Sen*OLABILMEK*düşüncelerinizi kontrol edin.

Zihninizi, ne düşündüğünüzü seçmesi için eğitebilir ve düşüncelerin gelişigüzel ortaya çıkıp sizi pençelerine almalarına izin vermeyebilirsiniz. Eğitilmiş zihinde bulunan düşünceler davet ve seçimle oradadır. Olumsuz düşünceleri, onlara defalarca hayır diyerek uzaklaştırabilirsiniz. Daha yüksek düşünceleri ve kelimeleri ikame etmeyi öğrenebilirsiniz. Düşünmek istemediğiniz şeyleri düşünmekten kaçınmayı öğrenebilirsiniz.

Zihninizi eğitmek için kullanabileceğiniz birkaç teknik var. Biri çiçek, kristal ya da mum gibi bir nesneyi alıp ona odaklanmak için tam bir dakika harcamak. Aklınıza başka düşünceler gelirse, siz nesneye odaklanmaya devam ederken bunların uçup gittiğini hayal edin. Zihninizin dolaşmasına izin vermeyerek, onu düşünmesi için yönlendirdiğiniz şeyi düşünmesi için eğitiyorsunuz. Eğlenmek için yap. Zihninizi ne yapmak istediğinizi düşünmek için ne kadar süre yönlendirebileceğinizi görün. O odağı sabit tuttuğunuz süreyi bir dakikadan beşe çıkarıp çıkaramayacağınıza bakın.

Bir sonraki adım, aynı nesneye bakmak, sonra gözlerinizi kapatmak ve nesnenin rengini, dokusunu, özünü mükemmel ayrıntılarla zihninizde yeniden yaratmaktır.

Bu, daha gözlemci olmanıza yardımcı olur ve zihninizi içeride gördükleri konusunda daha doğru olması için eğitmenize yardımcı olur, çünkü çoğu zaman bir şey görürsünüz ve zihniniz size başka bir şey gördüğünüzü söyler. Aynı zamanda bir

görüntüyü zihninizde sabit tutma becerinizi de geliştirir. Çiçeği veya nesneyi sanki gözlerinizle bakıldığındaki kadar gerçekmiş gibi "hissedinceye" kadar gözlerinizi açıp kapatarak ileri geri gidin. Bu alıştırma, zihninizde "gördüklerinizi" dış dünyada gerçek kılmayı öğrenmenize yardımcı olacaktır. Etrafınızdaki güzellikleri göreceğinize karar verirseniz ve güzel olanı gözlemlemeye başlarsanız, bu görüntüleri net bir şekilde içinizde tutarsanız, çok geçmeden her yerde, hatta daha önce görmediğiniz veya deneyimlemediğiniz yerlerde bile güzelliği göreceksiniz.

Aeğitimli zihin, daha yüksek ideallere, bilgeliğe ve sevgiye odaklanarak duygusal sakinlik ve iç huzuru yaratır.

Zihninizi eğitmenin başka bir yolu da, bir ila beş dakika boyunca, düşüncelerin sizden geçerken akışını basitçe gözlemlemektir. Eğitimsiz bir zihin, dikkatinin önüne gelen herhangi bir şey tarafından yakalandığını bulma eğilimindedir. O anın çekicilikleri ve dürtüleri, evrenden gelen ipuçları ve gelip giden şeyler tarafından yönetilir. Düşüncelerinizin akışını izleyin; çünkü birçok düşünce, telefon görüşmeleri, TV ve etrafınızdaki insanlar gibi dışarıdan yönlendirilen uyaranlar tarafından tetiklenir. Diğer insanların düşünceleri ve telepatik bağlantılar da zihni tetikleyebilir. Amaç, içe dönük olmayı öğrenmektir, böylece düşüncelerinizi etrafınızda olup bitenler tarafından belirlemek yerine ne hakkında düşünmek istediğinize siz karar verirsiniz. Eğitimsiz zihin, içinden geçen düşüncelere göre duyguları yukarı ve aşağı yönlendirir.

Daha yüksek bilgi alabilmeniz için önce zihinsel gevezeliğin

sakinleştirilmesi gerekir. Bu gevezeliği bir an için durdurabilir, içsel bir sükunet hissedebilir, hiçbir düşünceye sahip olamazsanız, daha yüksek bir titreşimin gelmesi için bir açıklık yaratırsınız. Zihninize farklı düşünceler yerleştirme alıştırması yapın. Düşüncelerinizin siz olmadığınız, genellikle içsel gevezeliklerin ürünleri olduğu hissine kapılın.

Zihniniz, her yöne doğru uzanan ince bir anten seti gibidir. Düşünceler hızla gelir ve gider ve siz onları ruhunuzun kontrolü ve yönlendirmesi altına almaya başlayana kadar genellikle sizin dışınızdaki kaynaklar tarafından tetiklenir. Birdenbire masmavi gökyüzünden bir şey hakkında nasıl düşündüğünüze dikkat edin; bunun nedeni genellikle bağlantıda olduğunuz insanlardan düşünceler almanızdır. Kendi düşüncelerinize ve dolayısıyla başkalarının düşüncelerine otomatik olarak yanıt vermeyi bırakmanız gerekir. Bunu, düşüncelerinizi yukarıya çevirerek, iç diyaloğunuzu izleyerek ve istediğiniz kadar yüksek olmayan düşüncelerin yerine sürekli olarak güzel, yüksek ve sevgi dolu düşünceler koyarak başlayabilirsiniz.

Sen*olumlu sözler kullanarak kendinizle herkes arasındaki enerjiyi değiştirebilir.*

Zihninizi eğitmek için başka bir egzersiz, arkadaşlarınızla ve bağlantı kurduğunuz kişilerle eğlenmek için yapılabilir. Sizinle konuşurken geçmişte mi, şimdide mi yoksa gelecekte mi konuştuklarına dikkat edin. Sizi yükselten kelimeler mi kullanıyorlar yoksa nefsinizin akorlarını çalan kelimeler ve düşünceler mi kullanıyorlar? Konuşmada daha yüksek ve daha hafif kelimeler kullanın. Cesaret verici sözler söyledikçe kendi parlaklığınızın arttığını, kendi neşe duygunuzun büyüdüğünü hissedebilirsiniz. Onların enerjisini yükseltmek istiyorsanız, yüksek ve sevgi dolu sözler söyleyin ve onların ve sizin enerjinizdeki değişimi izleyin. Bu sözleri söylerken, kendinizi iyileştiriyorsunuz ve diğer insanlardan gelen daha düşük

seviyelerdeki telepatik iletişime uyumlanmaktan kurtuluyorsunuz.

Bu yüksek seviyelerde düşünen binlerce zihinle rezonansa girmeye başlayacaksınız. Kendinizi daha güçlü ve net hale gelirken bulacaksınız. Birinin "dünya çok korkutucu bir yer" gibi bir şey söylediğini duyarsanız ve bunun realitenizin bir parçası olmasını istemezseniz, zihninizde "dünya çok eğlenceli bir yer" gibi farklı kelimeler kullanın. Başkalarından duyduğunuz olumsuz sözleri iptal etmek, onları daha yüksek, daha ince ve daha sevgi dolu düşüncelerle değiştirmek için zihninizi kullanabilirsiniz. Daha yüksek bir düzlemin yansıması olan farklı bir aynayı başkaları için de erişilebilir kıldığınızı göreceksiniz. Bu işlemi kullanırsanız, diğer insanlara karşı çok hafif ve neşeli hissedebileceğinizi unutmayın, popüler bir şirket olarak aranacaksınız.

İnsanlarla birlikteyken, birkaç dakikalığına bile olsa düşüncelerinizi kapatabilecek misiniz bir bakın. Söyledikleri hakkında kendinize tepki vermeyin, yargılamayın veya herhangi bir zihinsel yorum yapmayın. Onlara nasıl yardım edebileceğinizi düşünmeyin; yanıtları düşünmeyin, sessiz bir zihinle dinleyin. Duygular, görüntüler ve resimler gibi söylediklerinin yüzeyinin altından çok şey almaya başlayacaksınız. Bunu bir oyun ve neşe duygusuyla yapın.

Düşüncelerinize, iç diyaloğunuza ve kişisel yayınlarınıza hakim olabilirsiniz. Aklınıza gelen olumsuz düşünceleri defalarca reddedin. Daha yüksek olanları değiştirin. Etrafınızda olup bitenler ne olursa olsun, zihninizi daha yüksek fikirlere odaklayın. Odaklanmayı öğrenmek, zihninizi evcilleştirmek ve arkadaşınız olarak kullanmak için biraz zaman harcayın. Bunu yaptıkça etrafınızdaki herkes için bir ışık ve sevgi kaynağı olacaksınız.

OYUN KILAVUZU

1 | Alfabeyi alın ve her harf için yapabileceğiniz en yüksek kelimeyi veya kelimeleri düşünün.

A	J	**R**
B	**K**	**S**
C	**L**	**T**
D	**M**	**Ü.**
e	**N**	**V**
F	**Ö**	**w**
G	**P**	**X**
H	**Q**	**Y**
BEN		**z**

2 | Bu yüksek ve olumlu kelimeleri yazdıktan sonra nasıl hissettiğinize dikkat edin. Araba sürerken oynayabileceğiniz bir oyun; araba plakalarına bakın ve gördüğünüz harflerden yüksek sözcükler oluşturun.

3 | Çiçek veya kristal gibi bir nesne bulun. Aklınıza gelen tüm düşüncelerden kurtularak tam bir dakikanızı ona odaklanarak geçirin. Zihninizi o kadar uzun süre odakta tutmanın ne kadar zor ya da kolay olduğuna dikkat edin.

4 | Aynı nesneyi alın ve kapatabileceğinizi görün.
gözler ve tam olarak hatırla.

XIV.

Bilgelik: Yüksek Benliğiniz Olmak

Etrafınızdaki enerjinin farkına vardıkça, bilgelik onu anlamanıza yardımcı olur. Başınıza gelen her şeyin daha da yükseğe çıkmanıza yardımcı olması gerektiğini görmeye başlarsınız. Her şeyin sizin en yüksek hayrınız için yaratıldığına inanmaya başladığınızda, öyle olur. Pozitif bakış açınız, etrafınızda destekleyici ve besleyici bir ortam yaratır; enerjinin size karşı değil, sizinle birlikte akmasına izin verir.

Bilgelik, çevrenizde olup bitenlerin bilincinde olma, yüce gerçeği görme ve kendinizi şefkatle ifade etme yeteneğidir. Etrafınızdaki evreni düşmanca olmaktan çok dost canlısı yapar. Her şeyin sizin iyiliğiniz için olduğuna inanmak, negatif enerjiyi zararsız hale getirir.

Bilgelikle hareket ettiğinizde, içten içe kendinizi iyi hissedersiniz. Bir an için durduğunuzu, düşünmek için zaman ayırdığınızı ve yönünüz için yukarıya ulaştığınızı bilirsiniz. O zaman yarattığınız şey, o yüksek alandandır. Birçok kez bilgelik

gösterdin. Bilincinizi, bilge olmadığınız zamanları hatırlamak yerine, bilge bir insan olarak kendinize dair vizyonlarla doldurmak için geçmişe ait anılarınızı kullanın.

Enerjinin daha fazla farkına vardıkça, insanların düşüncelerini ve duygularını bir dereceye kadar hissetmeye başlayacaksınız. Enerjiye açıldıkça, evrenden daha fazla girdi ve bilgi almaya başlayacaksınız. Bilgelik, mesajları yeniden yorumlamak için bu bilgiyi yumuşatmanıza yardımcı olur.

Etrafınızdaki dünyayı görme biçiminiz, onu deneyimleme biçiminizdir. "Her şey benim aleyhime gidiyor" veya "Yazık ki böyle oldu" diye düşünmek yerine, olaylara daha yüksek bir perspektiften bakın ve başınıza gelen her şeyin iyi bir şey olarak görülebileceğini anlayın. Bu, ruhunuzun bilgeliğidir. , çünkü ruhunuz her zaman hayatınızı daha yüksek bir şekilde görmenize yardımcı olmaya çalışıyor.

Yargılamak yerine sevgiyi hissetmek, negatif enerjiyi zararsız enerjiye dönüştürür.

Hikmet kalpten gelir. Bilge kalp, başkalarını ruhlarının tekâmülünde hangi aşamada olurlarsa olsunlar, onlara karşı bir şefkat duygusuyla kucaklar; onlara yargılamaktan çok sevgi ve birlik duygusuyla yaklaşır. Bilge kişi, kendisini daha az gelişmişlerden ayrı hissettiğinde, kendisini daha gelişmişlerden de ayırdığını ve böylece yukarı doğru olan yolculuğunu geciktirdiğini bilir. Sevginin gözünden tüm enerjiler daha da güzelleşir.

Bilgelik, hayatınızda neyin önemli olup neyin olmadığını, hangi şeylerin dikkatinizi dağıttığını ve hangi şeylerin ruhunuzun çağrısı olduğunu bilme yeteneğidir. Gelen tüm verileri sıralama ve yalnızca esenlik duygunuza katkıda bulunan şeyleri seçme

yeteneğidir. Başarmak istediğiniz bir şey olabilir ama buna asla vaktiniz olmaz; ev işleri, telefon görüşmeleri, diğer insanların talepleri ile dikkatiniz dağılmaya devam ediyor. Bilgelik, hangi faaliyetlerin gerçekten yüksek amacınıza hizmet ettiğini ve hangilerinin yalnızca yolunuzdan dikkat dağıtıcı olduğunu bilme yeteneğidir. Hayatınızdaki insanları, düşünceleri ve olayları olumlu, besleyici ve destekleyici hale getirebilirsiniz. Size zararlı değil, faydalı olan kişisel bir ortam yaratabilirsiniz.

Bilgelik, zihninizi ve onun nasıl çalıştığını anlamaktır. Zihniniz öğrenmek için muhteşem bir araçtır. Sizi daha fazlasını öğrenmek için motive etmek istediği için asla tatmin olmaz. Ne yaparsanız yapın, zihniniz her zaman bir sonraki şeye geçmek ister. Zihninizle özdeşleşirseniz, kendinizi tatmin olmamış ve tatminsiz hissedeceksiniz. Derin varlığınızla, ruhunuzla özdeşleştikçe, içsel tatmin ve huzur duygularına ulaşacaksınız. Daha derin varlık, duygularınızı deneyimleyen ve hangi düşüncelere sahip olacağını seçen parçanızdır.

Daha düşük düşüncelere direnmek veya onlardan kurtulmak yerine, daha yüksek doğadaki düşünceleri yanlarına koyun.

Neyi resmederseniz onu alacaksınız. Büyümenin bir kısmı daha yüksek şeyleri resmetmeyi seçmektir. "Sizi" varlığınızın daha derin bir parçası olarak, zihninize hangi düşünceleri koyacağınızı, duyguları, tepkileri ve arzuları seçen parça olarak tanımlamayı öğrenin. Siz geliştikçe, yüksek ve pozitif düşüncelere sahip olmak için zihninizle birlikte çalışacaksınız. Eğitilmiş zihinler, belalarla karşı karşıya kaldıklarında bile,

kendi tercihleri ve davetleri dışında hiçbir şeyin zihinlerinde kalmayacağını bilerek, kaygı ve öfkenin ayartmalarından uzak durabilirler.

Birine kızdığınızda bunu ya ifade edebilirsiniz ya da serbest bırakabilirsiniz. Öfkenizi ifade etmek, bunu sözlü olarak dünyaya yaymak, her zaman kimsenin sizden faydalanmamasını sağlamak için çaba sarf etmek, insanlara sizi kızdırdıklarını söylemek, sadece kaçınmaya çalıştığınız şeyi daha fazla çeker. Öfkeyi salıverirseniz, artık içinizde yoktur ve daha fazlasını kendinize çekmezsiniz. Sizi kızdıran, üzen ya da suçlu yapan şeyleri serbest bıraktığınızda, artık onları kendinize çekmezsiniz. Başınıza gelen her şeye tamamen katılan bir birey olduğunuz için, öfkenizi ifade etmeden olayları salıvermeyi seçebilirsiniz.

Başınıza gelen şeyler üzerinde istediğiniz kadar kontrole sahip olmadığınızı hissedebilirsiniz, ancak onlara verdiğiniz tepkiyi kontrol edebilirsiniz. Nasıl tepki vermek istediğinizi seçebilirsiniz. Kendinizi iyi hissetmenizi sağlayan yanıtları seçebilirsiniz. Öfkeyi ifade etmek yerine, onu serbest bırakın. Nefreti ifade etmek yerine, onu serbest bırakın. O zaman bir başkasının öfkesi ya da nefreti sana bağlanamaz, çünkü senin içinde tutunabileceği bir yer yoktur. Affetme konusunda cömert olun, çünkü bu, öfkenin üzerine çıkmanıza izin veren bir tepkidir.

Bilgelik*hangi mesajlara dikkat edilmesi ve hangilerinin serbest bırakılması gerektiğini ayırt edebilmektir.*

İnsanlar sizinle öfkeyle konuştuklarında, kaba veya doğru olmayan şeyler söylediklerinde, onları affetmeyi öğrenmek en iyisidir. Başkalarındaki olumsuzluğa veya korkuya tepki vermemeyi öğrenmek akıllıca olacaktır. Kalbinizi açık tutun ve o sevgi dolu, şefkatli ve daha yüksek görüşten gelin. Zor

zamanlardan bahseden, başkalarını suçlayan, sözleriyle ve öfkeleriyle kötü duygular yaratan birçok kişi var. Öfkeyle tepki vermeyi değil, bunun yerine başka şeylere odaklanmayı öğrenin.

Alınmayın, çünkü alınan suç, verilen suç kadar kötüdür. Dargın olduğunuzda, negatif enerjiye katkıda bulunursunuz ve bu nedenle çevrenizde aynı negatif enerjiden daha fazlasını çekebilecek negatif enerji vardır. Darıldığın zaman kalbini kapatır ve böylece ruhunla olan bağından uzaklaşırsın. İnsanlar öfke ya da korkudan konuştuğunda alınmayın, çünkü bu benliğinizden gelir. Onların daha büyük benliklerine odaklanmayı öğrenin, çünkü neye odaklanırsanız ve dikkatinizi verirseniz, etrafınızdaki insanlarda onu ortaya çıkarırsınız.

Başkalarının büyüklüğüne odaklandıkça, diğer insanlardan kendinizle ilgili daha yüksek düşünceler çekeceksiniz. Onları bildiklerinin en iyisini yapan kişiler olarak görün. İnsanların sizinle yüksek benliklerinden konuşmadıklarını fark etmek önemlidir. Daha iyisini bilmeyen küçük bir çocuğa nasıl tepki veriyorsanız, onlara da şefkatle karşılık verin. Onları affet ve bırak gitsin. İnsanlar sana zarar veremez; onlara verdiğin karşılıkla kendini incitmeyi yalnızca sen seçebilirsin. Bu size deneyimlediğiniz dünyayı kontrol etmek için nihai gücü verir. Tepkinizi seçebiliyorsanız, neşe ve huzuru hissetmeyi seçebilir ve böylece dünyanızı değiştirebilirsiniz.

Önemsiz ve önemsiz şeyleri görmezden gelmeyi öğrenin ki, önemli olan şeylerden söz ettiğinizde sesiniz duyulsun. Önemi olmayan şeyleri kabul etmeyi öğrenin ki önemli olanlara dikkatinizi verebilesiniz. İyiyi ve bilgeyi görebilmeniz için güzelliği ve uyumu kabul etmek üzere odaklanmanızı ve farkındalığınızı geliştirin. Anteninizi destekleyici ve besleyici olan yöne çevirin.

Wkendine sevgi dolu olan, her zaman başkalarına sevgidir.

Kendi istekleriniz ile başkalarının istekleri arasındaki farkı öğrenin. Yüksek benliğinizi kontrol ederek sizin için doğru olanı seçme becerisini edinebilirsiniz. Bir ağırlık veya direnç hissi bulursanız, daha derine bakmak için zaman ayırın. Sizin için doğru olan başkaları için de doğru olacaktır. Kendinizi zorunlu hissettiğiniz için biriyle bir yere gitmek için kendinizi zorladığınız, ancak diğer kişinin de gerçekten orada olmak istemediğini keşfettiğiniz oldu mu? Hiç bir randevuyu iptal ettiğiniz ve diğer kişinin de aynısını yapmak için sizi aramaya hazırlandığını gördüğünüz oldu mu?

Hangi enerjileri hissetmek ve parçası olmak istediğinizi ve hangi enerjileri basitçe salıvermek ve salıvermek istediğinizi seçmek için kendinize izin verin. Şu anda başkalarının sizden bir şey istediği, hayal kırıklığına uğradığı veya sizi beklediklerini yerine getirmemekle suçladığı birçok deneyim yaşıyor olabilirsiniz. Bilgelik, sizin - düşüncelerinizi, beklentilerinizi - ve başka bir kişinin ne olduğunu öğrenmektir.

Hangi enerjinin sizin, neyin başkalarınınki olduğunu nasıl anlarsınız? Çoğu zaman, onların enerjisini "yıpranana" kadar anlayamazsınız. Örneğin, bir kişiyle yaşadığınızda ve o kişi ahlaki bir konuda güçlü duygular besliyorsa, siz de aynı görüşü benimserken bulabilirsiniz. Sonra, ayrıldığınızda, bu konuda farklı hissettiğinizi keşfedersiniz. Bir süredir başkasının inançlarını "yıprattınız". Çoğu zaman, denemeden bir arzunun size ait olup olmadığını bilemezsiniz. Bu şekilde düşünmeyi sevdiğinizi veya sevmediğinizi keşfedebilirsiniz.

Büyüme sürecinde zaman zaman başkalarının enerjisini hayatınıza çekeceksiniz; size ait olup olmadığını keşfetmek için onların kurallarına, ilkelerine ve değerlerine göre yaşamaya

çalışacaksınız. Sizinle aynı fikirde olanları tutmayı seçebilirsiniz. Bırakmayanları bırakmak sizin için bir meydan okuma olacak. Kendinizi başkalarının görüşlerini veya inançlarını reddederken bulursanız, bu inançlar çok ahlaki görünse veya insanların "doğru" dediği şeylere uygun görünse bile kendinizi suçlu hissetmeyin. Kendiniz için neyin doğru olduğunu yalnızca siz bilebilirsiniz. Evrende algıladığınız tüm enerjiler için durum aynıdır; sizin için işe yaramazsa, saklamanıza gerek yoktur.

\Nisdom, ne zaman harekete geçileceğini ve ne zaman yapılmayacağını bilme yeteneğidir.

Bilgelik, zihni içermesine rağmen zihin değildir. Zihniniz tüm gerçekleri toplar ve bilinen verilere dayanarak kararlar vermeye çalışır. Bilgelik, sezgisel olarak bilinen, içgüdüsel duygu ile entelektüel olarak bilinen şeyin birleştirilmesinden gelir. Hangi dürtülerin alt doğanızdan ve hangilerinin yüksek benliğinizden geldiğini bilmenize yardımcı olur.

Çoğu zaman zihniniz size birçok fikir sunar. Önünüze harekete geçebileceğinizden daha fazla fırsat gelebilir. Kendinizi altın bir fırsat gibi görünen bir şeye göre hareket etmeye ikna edemiyorsanız, kendinizi yanlış anlamayın. Fısıltıyla "bekle" diyen o daha derin anlayış notunu takip edin. Zihniniz size beklemenizi söylüyorsa ve iç sesiniz harekete geçin, bir inanç sıçraması yapın, risk almaya cesaret edin diyorsa, o zaman öyle yapın.

Büyük bir ustanın nasıl bilgelik gösterdiğini sorabilirsiniz. Ne zaman katı ve sert, ne zaman sevgi dolu ve cömert olunacağını bilirdi. İnsanlara ihtiyaç duyduklarını düşündükleri şeyi vermek her zaman akıllıca değildir. Küçük çocuklar mutlu olmak için sınırsız şekere ihtiyaçları olduğunu düşünebilirler; daha iyi bir bakış açısıyla, iyi beslenmenin uzun vadede onlara daha iyi

hizmet edeceğini görebilirsiniz. Bazen başkaları için daha yüksek bir vizyona sahip olmak ve onlara istediklerini vermek yerine onu görmelerine yardımcı olmak gerekir. Onlara ihtiyaç duyduklarını düşündükleri bir şeyi reddetmeniz bile gerekebilir. Çok parası olan insanlar, insanlara para vermenin onların tüm sorunlarını çözmediğini keşfettiler; aslında, genellikle daha fazla sorun yaratır. İhtiyacı olan akrabalarınıza borç verecek kadar paranız olabilir, ama bilge benliğinizden öğrenebileceğiniz bir para eksikliği yarattıklarını biliyorsunuz. Onlara kısa bir süre dayanacak ama uzun vadede bir faydası olmayacak para vermektense, daha yüksek amaçlarını keşfetmelerine yardımcı olarak ve sevdikleri şeyi yapmaları için onları cesaretlendirerek onlara daha fazla yardımcı olabilirsiniz. Gerçekten de, tükendiğinde aynı noktadasınız. Bilgelik, insanlara balık vermek yerine balık tutmayı öğretmektir.

Ne zaman yardım edip ne zaman etmemeyi bilmektir. Örneğin, çocukların yeni bir beceri öğrenmelerini izlemek, devreye girip onlara bunu nasıl daha iyi yapacaklarını göstermek cazip gelebilir. Ancak ne kadar iyi ya da kötü olursa olsun, kendileri denemeden öğrenemezler. Bilgeliğinizle sessizce beklemeli ve deneme yanılma yoluyla öğrenmelerine izin vermelisiniz. Hayatınızdaki arkadaşlarınız ve sevdiklerinizle aynıdır. Çoğu zaman, insanlar için yapabileceğiniz en sevgi dolu şey, onlar derslerini alırken onlara seyirci kalmaktır. İçeri girer ve onların kurtarıcısı gibi davranırsan, o durumdan aldıkları dersleri ve büyümeyi ellerinden alabilirsin. Sonra baştan yaratmak zorunda kalacaklar. Onlara ışık tutarak ve durumdan ne öğrendiklerini fark etmelerine yardımcı olarak onlara daha fazla yardımcı olabilirsiniz. Bilge olmak zor gelebilir,

BT*sempatiden çok şefkati deneyimlemek önemlidir.*

Sempati, başkaları için üzülmek, onların başına gelenlerin olumsuz ya da kötü olduğunu görmektir. Merhamet, onların başına gelenlerin büyümeleri için olduğunu görmek ve bunu görmelerine de yardımcı olmaktır. Merhamet, talihsiz veya kötü olarak algılayabilecekleri bir deneyimi anlayabilecekleri bir şeye yeniden çerçevelendirir. İnsanlara sempati duyduğunuzda, onlarla birlikte titreşmeye başladığınızı ve onların düşük enerjilerini kendinize çektiğinizi fark edin. Şefkatten geldiğinizde, onların olumsuzluklarını getirmezsiniz.

İnsanlara karşı katı olmak kolay olmayabilir ama her zaman iyi adam olmaktan daha büyük bir hediye olabilir. Verdiğiniz ve verdiğiniz, yaptıklarınızı takdir etmeyen deneyimli arkadaşlarınız var. Yardım teklifleriniz görünürde bir işe yaramıyorsa, enerjinizi başka bir yere koymanın zamanı gelmiştir. Kısa vadede beğenilmeme riskini alabilirsiniz, ancak uzun vadede bu yüksek bilgeliği takip ederek kazanç elde edeceksiniz.

Başkalarına verdiğiniz en büyük armağanlardan biri, gerçeğin kesin, doğru ve şefkatle iletilmesidir. Ne söyleyeceğinizi ve ne zaman söyleyeceğinizi bilmek büyük bir bilgelik gerektirir. Birine bir şey söylemek konusunda şüpheniz varsa, sessiz olun ve içinize dönün. İletişiminizin onun büyümesine yardımcı olacağını düşünüyorsanız, o zaman söyleyin. Sağır kulaklara düşecekmiş gibi geliyorsa veya karşı koyacaksa, bunu kendinize saklayın. Kişisel çıkar için, yapmasını istediğiniz bir şeyi ona yaptırmak için konuşuyorsanız, sessiz kalmak daha iyidir. Gerçekten yardım edecekseniz, kişisel kazanç motivasyon olamaz. Sessizlikte güç vardır ve doğru zamanda verilen iletişimde güç vardır.

Konuşmadan önce durun ve "Bu iletişim, bu kişinin en yüksek vizyonuna hizmet ediyor mu?" O zaman bilgelikten geliyorsun. Bilge bir kişi konuşurken kelimeleri hassas bir şekilde seçer. Başkalarıyla iletişim kurmadan önce sorar, "Söylediklerim onların gelişimine nasıl hizmet ediyor?" Karşıdakine hiçbir şekilde faydası yoksa söylemez. Ne zaman yüksek ve bilge bir enerji harcarsan, onu kendine geri çekersin.

Birlikte olduğunuz ruhun seviyesinin farkına varın. İkinci sınıf öğrencisinden hesap beklemeyin. Çevrenizdekilere karşı nazik olun. Yolunuza gönderilen herhangi bir negatif enerji, yalnızca korkularından gelir; korkuyla tepki vermenize gerek yok. Sadece etrafınızdaki insanlar kadar açık ve sevgi dolu olduğunuzu hayal edebiliyor musunuz? Buradaki zorluk, çevrenizdeki insanların sevgi düzeyi ne olursa olsun, tüm durumları daha yüksek bir perspektiften görmek, istemediğiniz enerjiyi serbest bırakmak ve kendi sevgi ve şefkat merkezinizden gelmek için doğuştan gelen bilgeliğinizi kullanmaktır.

Lider ol. Akıllı olmaya cesaret et! En sevecen, şefkatli, açık ve savunmasız olan kişi olmaya cesaret edin. Örneği ayarlayın; önce başkalarının açık ve bilge olmasını beklemeyin. Yakında, açık, bilge ve sevgi dolu bir kişinin, etrafındaki tüm evreni dönüştürme gücünü keşfedeceksiniz.

OYUN KILAVUZU

1 | Sessizce oturun ve rahatlayın. Önümüzdeki günü ve haftayı düşünün. Gerçekten önemli olan hangi şeyleri yapmayı planlıyorsunuz ve hangi şeyler sadece ortadan kaldırılabilecek dikkat dağıtıcı şeyler?

2 | Ertesi gün veya hafta içinde yapmayı planladığınız, sizin yerine bir başkasının sizin için bir zorunluluk veya isteği olan bir şey var mı?

3 | Hayatında senden bir şey isteyen birini düşün. Sessiz ol ve daha bilge benliğini getir. O kişiye, ihtiyacı olduğunu düşündüğü şeyin dışında, ona gerçekten hizmet edecek bir şey verebilir misiniz?

4 | Bugün başarabileceğiniz en önemli şey nedir? Yapacağınıza karar verin.

15.

telepati: Anlamak Sözsüz iletişim

İletişimin sözlü ve telepatik veya sözsüz olmak üzere iki temel biçimi vardır. Her biriniz telepati deneyimlediniz. Duygusal veya zihinsel olarak telepatik mesajlar alırsınız. Yürüyen bir yayın istasyonusunuz ve sürekli olarak çevrenizden ve arkadaşlarınızdan mesajlar alıyorsunuz. Sadece şu anda tanıdığınız insanlardan değil, tanıyacağınız ve tanıdıklarınızdan gelen telepatik akorlarınız var. Size gelen ve sizden çıkan birçok enerji akortunuz var. Sizi başkalarına bağlayan radyo dalgaları olarak düşünülebilirler.

Sesi kısmayı, bağları koparmayı, gelen gideni takip etmeyi, negatif enerjiyi pozitif enerjiye dönüştürmeyi öğrenebilirsiniz. Aldığın en yüksek sesli yayın, sevdiğin ve kalbini açtığın kişilerden gelir; en zayıf fısıltılar genellikle yıllar önce tanıdıklarınızdan veya uzak arkadaşlardan gelir. Ses düzeyini, sıklığını nasıl kontrol edeceğinizi ve bu mesajları duygusal veya zihinsel olarak nasıl alacağınızı bilmek önemlidir, çünkü telepatik bağlantılarınızın kalitesi, bağlarınızın olumlu ve yararlı olup olmayacağını veya size engel olup olmayacağını belirler.

Telepatik olarak mahallenizden ve şehrinizden oluşan daha büyük bir topluluğun parçasısınız. Toplulukların kendilerine özgü belirli düşünce biçimleri vardır ve bu düşünceler çok gerçektir. Her topluluk bir enerji cebidir. Restoranlar, kitapçılar, bakkallar ve yiyecek pazarları gibi her yerden, hatta yanından geçtiğiniz arabalardan bile topluluğunuzun mesajlarını alıyorsunuz. Enerji ince bir seviyede deneyimlenir; telepatik mesajlar, topluluğunuzdaki insanların düşüncelerinin yol açtığı titreşimlerle size gelir. Her topluluğun benzersiz bir enerji karışımı vardır.

Bir lokantada oturup yemek yediğinizde çevrenizdeki insanların duygu ve düşüncelerini anlayabilirsiniz. Hepiniz, topluluğunuzun düşünce biçimlerini ve komşularınızın düşünce ve duygularını kapıyorsunuz. Telepatik alım, fiziksel olarak insanlara ne kadar yakınsanız o kadar güçlüdür.

Olmak*topluluğunuzdaki düşünce biçimlerinin farkında.*

Yaşadığınız yerden başka bir yerde kendinizi daha iyi hissettiğinizi düşünüyor musunuz? Bir yerde olmaktan hoşlanıp başka bir yerde olmaktan hoşlanmadığınızı fark ettiniz mi? Bulunduğunuz mahallenin ve toplumun düşünce biçimleriyle uyumlu olmayabilirsiniz. Komşularınıza, yaşlarına, inanç sistemlerine ve gerçekliklerine bakın, çevrenizde yaşadığınız düşünce biçimleri hakkında fikir sahibi olmaya başlayacaksınız.

Size en yakın olanların -sevdiklerinizin ve arkadaşlarınızın- telepatik etkileri daha da güçlüdür. Hepiniz bir dereceye kadar hem telepatik vericiler hem de alıcılarsınız. Tüm iletişim ve şifa, önce telepatik gönderme ve alma işleminden gelir. Bunu genellikle kelimeler izler, ancak insanların konuştuğu kelimelerin altında telepatik olarak iletilen birçok duygu ve

resim nüansı vardır.

Zihniniz birçok kanalı olan bir televizyon gibidir. Örneğin, bir istasyonda gelen kişi kocanız, karınız veya partneriniz olabilir. Her arkadaşınız için ayrı bir istasyonunuz olabilir. Gün boyu binlerce mesaj geliyor. Hangisini alacağınızı seçmeyi öğrenebilirsiniz.

Tüm bu telepatik mesajların kurbanı mısınız? Çevrenizdekilerin enerjisi düşük diye sizin de enerjiniz düşük mü olacak? Kadranı çevirme ve kendinize ne getirdiğinizi seçme yeteneğinize bağlıdır. Çoğunuz telepatiyi duygusal düzeyde deneyimler, diğer insanların duygularını da harekete geçirirsiniz. Mesajları yüksek merkezleriniz aracılığıyla almak çok daha iyidir. Duygusal olarak bilgi alırsanız, diğer insanların duygularını getirme ve onların size ait olduğunu düşünme eğilimindesiniz. Bu, çoğunuz kim olduğunuza dair duygunuzu bu kadar kaybeder.

Bir apartman dairesinde oturduğunuzu ve bir taraftaki komşularınızın rock and roll çalan yüksek sesli bir radyoya sahip olduğunu hayal edin. Karşınızdaki komşular çok yüksek sesli klasik müzik çalıyorlar. Bir odada kendi televizyonunuz, diğerinde çalan bir radyo istasyonunuz var. Yukarıdaki ve altındaki komşular tamamen farklı müzikler çalıyor ve ayrıca tüm farklı dairelerden gelen yüksek sesler duyuyorsunuz. Tüm bu gürültü devam ederken kendi enerjinizle temasa geçmenin ne kadar zor olacağını hayal edin. Çoğunuzun gün boyu deneyimlediği şey budur. Bilinçaltı bir seviyede oluyor ama telepatik gürültü ve gevezelik orada.

Hangilerini dinlemek istediğinizi ve hangilerini dinlemeyeceğinizi seçerek mesajları deşifre etmeyi öğrenebilirsiniz. Sen

onları duygusal olarak almayı bırakmayı öğrenebilir ve yüksek benliğinizde almaya başlayabilirsiniz. Çevrenizdeki telepatik mesajları kendinizin ve başkalarının en yüksek hayrına kullanmayı öğrenebilirsiniz.

Bir odaya girdiğinizi ve görmeye geldiğiniz kişinin son derece gergin ve gergin olduğunu gördüğünüzü hayal edin. Aniden kendinizi hayatınız hakkında çok daha endişeli ve genel olarak olaylar hakkında çok daha gergin buluyorsunuz. Çoğunuz, duygusal telepatik enerjiyi topladığınızın farkına bile varmadan bunu sık sık deneyimliyorsunuz. "Gerçekten gerginim" diye düşünebilirsiniz. Hatta yerlere giderken mesajlar alıyor olabilirsiniz. Birini görmeye gittiğinizde, yaklaştıkça çok mutlu, yorgun ve mutsuz ya da endişeli olduğunuzu hiç fark ettiniz mi? Bunların hepsi başkalarından duygusal mesajlar almanın örnekleridir. Başkalarından geldiklerini anlamayı öğrenene kadar, duygular size aitmiş gibi görünür.

YOM*bilemez*
kendi enerjinizi bilene kadar telepatik olarak aldığınız şeyi.

Kendi enerjinizin farkına varmak için sabah uyandığınızda kendinize odaklanın. Her sabah kendinizi farklı hissediyorsunuz, aklınızda farklı sorunlar var - göreceğiniz insanlar, o gün sizin için ortaya çıkacak yeni şeyler. Uyandığınızda, göreceğiniz insanlardan gelen telepatik iletileri henüz almaya başlamadınız ve kim olduğunuzun en iyi farkında olan sizsiniz. "Nasıl hissediyorum?" diye sorun. Gergin veya mutlu ve mutlu uyandığınızı fark edebilirsiniz. Uyandığınızda hislerinize odaklanmak, tüm gün kullanabileceğiniz bir referans noktası oluşturur.

Akşam birini, sevdiğiniz birini veya bir arkadaşınızı göreceğinizi biliyor olabilirsiniz. Yapacağınız bir şeyi veya bir

proje üzerinde yaptığınız işi düşünüyor olabilirsiniz. İşinizi, ailenizi veya arkadaşlarınızı düşünüyor olabilirsiniz. İlişki kuracağınız o insanlara telepatik olarak uyum sağladığınızda, onların enerjisini çekmeye başlarsınız. Önce kendi duygularınızı yaşarsanız, o zaman diğer insanların yanındayken kendinizde meydana gelen değişikliklerin farkına varabilirsiniz. Diğer insanları düşündüğünüzde, enerjinizdeki değişiklikleri not edin. Örneğin, çok mutlu uyanırsınız, ancak işe gitmeyi ve bir iş arkadaşınızla ilgilenmeyi düşündükçe kendinizi gergin ve endişeli hissetmeye başlarsınız. Kendinizi depresif hissettiğinizi ve hayatınızdan rahatsız olduğunuzu fark ettiniz. Kendinizi iyi hissederek uyandığınızı hatırlamadıysanız, sinirli veya depresif olduğunuzu düşünmeye başlayabilirsiniz. Uyandığınızda nasıl hissettiğinizi fark ettiğinizde, iş arkadaşınızın gerginliğini ve sinirliliğini algıladığınızı görebilirsiniz.

İnsanların sizin hakkınızda ne hissettiğini merak ediyorsanız, kendinize onları düşündüğünüzde nasıl hissettiğinizi sorun. Uyandığınızda ya da onları düşünmeden önce nasıl hissettiğinizin farkında değilseniz, onları düşündüğünüzde kendinizdeki farkı yaşayamazsınız. Bunları düşünür ve üzülürseniz, sizi istemediklerini hissederseniz veya bir baskı hissinin farkına varırsanız, bu duyguların siz onları düşünmeye başlamadan önce hissettiklerinizle nasıl karşılaştırıldığına dikkat edin. O zaman, insanların size nasıl tepki verdiğini bir duygu düzeyinde bileceksiniz.

İnsanlar bir düzeyde onlarla sözsüz iletişiminizin farkındadır. Bazı insanlarla telepatik olarak kavga ediyorsanız, “Bana böyle davranmanızı istemiyorum, artık dayanmayacağım, şunu ya da bunu yapmayacağım” diyorsanız, onlar sizin ne yaptığınızın farkındadırlar. onları gönderiyor ve onlardan daha fazla mücadele ve direnç duyabilirsiniz. Tam olarak sözlerinizi anlamayabilirler. Mesajınızı, alma yeteneklerine bağlı olarak yalnızca sizden bir his olarak alabilirler; duygusal olarak alacaklar ve bununla bu düzeyde çalışın. Mesajınız onlara kötü gelecek ve sizinle ilgilendiklerinde büyük olasılıkla geri çekilme

dürtüsü yaşayacaklar. Dikkatli bir şekilde sizden haberdar olmak istemeyen insanları düşünüyorsanız, onlar her zaman onlar hakkındaki düşüncelerinizi almayı kapatma gücüne sahip olun. Geri çekilmelerini istemiyorsanız, onlara sevgi dolu kabullenme düşünceleri gönderin. Bu her zaman kapıları açar.

Belirli insanları düşünerek saatler harcıyorsanız, onlar da sizi düşünerek zaman mı harcıyor? Bilme yeteneğine sahipsiniz. Onları düşündüğünüzde, onlardan bir direnç veya rahatsızlık hissi duyuyorsanız, o zaman sizi düşünmüyorlar ve düşüncelerinizi bir müdahale olarak görüyorlar. Öte yandan, onlar hakkında düşünmeyi keyifli ve onlar hakkında hayal kurmayı kolay buluyorsanız veya kalbinizde sıcak bir his varsa, o zaman sizi telepatik düzeyde onlara katılmaya davet ediyorlar.

Sen*başkalarının ne düşündüğünü bilme yeteneğine sahip olmak.*

İlk adım, merkezlenmiş, rahatlamış bir duyguya girmektir. Yoğun duygular yoluyla enerjiyi net bir şekilde hissedemezsiniz. Başka birinin ne düşündüğünü bilmek istiyorsanız, rahatlayın ve kendinizi sakinleştirin ve zihninizin olabildiğince sessiz olmasına izin verin. Diğer kişinin yerinde olduğunuzu, kendinize baktığınızı hayal etmek isteyebilirsiniz. Neredeyse her zaman, başkalarını düşündüğünüzde sahip olduğunuz duygu, onların sizi düşündüklerinde hissettikleri duygudur. Onlar hakkında ne hissettiğiniz konusunda ileri geri gidiyorsanız, muhtemelen onlar da aynısını yapıyordur. Belirli sorunlar aynı olmayabilir, ancak altta yatan duygu, güvenmeyi öğrenebileceğiniz bir şeydir.

Örneğin biri sizi aramadıysa ve siz onun sizinle bağlantı kurmasını bekliyorsanız, kendi duygu ve düşüncelerinize bakın, çünkü başkaları sizi düşündüklerinde sizin düşüncelerinizi ve duygularınızı alırlar. İçinizden ona "Bana davranış şeklini

gerçekten sevmiyorum ve seni hayatımda istemiyorum" dediysen, bu yüzden seni aramayı bırakmış olabilir. İnsanların, özellikle yakın bir ilişkide, telepatik mesajlarınızı aldıklarını unutmayın. Kesin kararlar gönderdiğinizde, bunlar başkaları tarafından hemen alınır. İnsanlar sizi telepatik olarak onlara katılmaya davet ettiğinde her zaman hissedebilirsiniz. Onlarla zihinsel olarak bağlantı kurmak kolay ve keyifli. Onlara mesajlar gönderebilir ve varlıklarını kalbinizde ağır bir his olmadan hissedebilirsiniz. Üzülmeden yaptıklarını hayal edebilirsiniz,

Duygusal mesajlar gönderdiğinizde diğer insanları da etkilersiniz. Yayınladığınız şey, sizi seven ve önemseyen kişiler tarafından alınır. Bir ırk olarak insanlık telepatik olarak açılıyor. Bu, çoğu şifanın gerçekleştiği seviyedir.

Seng*önderip aldığınız telepatik mesajlar üzerinde kontrol sahibi olabilirsiniz.*

Telepatik mesajların gönderilip alınmasını kontrol etmeyi öğrendikçe, artık onlar tarafından kontrol edilmeyeceksiniz. Hepiniz bir dereceye kadar başkalarından telepatik olarak etkileniyorsunuz. Başkalarının senin hakkında ne düşündüğünü bilmek istiyorsun. Bilme yeteneğine sahipsiniz; kendinizi başkaları tarafından duygusal olarak etkilenmekten kurtarmanın ilk yolu, sabah uyanıp enerjinizi hissetmektir; ardından gün boyunca sürekli izleyin. Bir süre sonra duygu durumlarınızı ve düşüncelerinizi sık sık kontrol etmeye alışacaksınız. En az bir kez biriyle birlikteyken nasıl hissettiğine dikkat et. Daha iyi mi yoksa daha kötü mü hissediyorsun? Birdenbire kendinizi daha sıkıntılı, endişeli veya daha mutlu mu hissediyorsunuz?

Kendinizi izlemeyi öğrenin. Diğer insanlardan telepatik olarak duygusal enerji aldığınızda, neredeyse her zaman onu kendi enerjinizmiş gibi yaşarsınız. Nasıl hissettiğinizi bilerek,

başkalarının sizi etkilediğini fark etmeyi öğrenebilirsiniz. Sadece pratik yaparak öğreneceksiniz; kısayol yok. Birini görmeye giderken duygularınızı, düşüncelerinizi ve fiziksel bedeninizdeki hisleri not edin. Toplantıya yürürken veya arabayla giderken, bu şeylerin nasıl değiştiğini izleyin. Birlikteyken tekrar kontrol edin. Nasıl etkilendiğinizin farkındalığı, daha yüksek merkezlerinize girmesine izin vermiş olabileceğiniz diğer insanlardan gelen duygusal enerjiyi getirir.

Birçoğunuz içsel rehberliğinize uyumlanma yeteneğinizi geliştirerek yüksek benliğinizle bağlantı kurmanın yollarını arıyorsunuz. Başkalarının duygusal mesajları ve kendi düşünce kalıplarınız karışabilir. Yeni ve daha yüksek şekillerde düşünmek için gerekli olanlardan daha tanıdık var olma yollarını aramaya eğilimli olan düşünce kalıplarınızla çalışabilirsiniz. Düşünme kalıplarını değiştirmek çok fazla odaklanma ve niyet gerektirir. Egzersiz yapmaya başlamak gibidir. Başladığınız ilk gün beş mil koşmazdınız; ona göre inşa etmek zorunda kalacaksın. Duygularınızı ayarlamayı ve izlemeyi öğrendiğinizde, diğer insanlardan duygusal ve zihinsel olarak nasıl enerji topladığınız konusunda daha net bir fikre sahip olacaksınız.

Duygu merkezinizde sizi sevenlerden ve sizin sevdiklerinizden telepatik mesajlar alırsınız. Çoğu insan, iki kişinin birbirinin ne istediğini ve neye ihtiyaç duyduğunu tahmin edecek ve karşılığında da beklenecek kadar birbirine bağlı olduğu türden bir aşk olan yakın ilişkiler arzular. Ancak bu derin bağdan duyulan korku birçok insanı ondan uzak tutar. Merkezlenmemiş ve kim olduğunuzun farkında değilseniz, kendinizi kaybetmeden o daha derin seviyede bir başkasıyla birleşmeye başlayamazsınız.

Eğer*Bir başkasıyla derin, yakın bir ilişki istiyorsanız, önce kim olduğunuzun farkına varın.*

Bugün mutlu musun? Üzgün müsün? Bir an için, bu sabah uyandığınız zamanı hatırlayın. Tüm yolu geri dön ve nasıl hissettiğini sor. Kendinizi gün içinde hareket ederken hayal edin. Bazı duygularınızı yeniden yakalayın; kiminle birlikte olduğuna bir bak ve değişen duygusal enerjini fark et. Birlikte olduğunuz veya düşündüğünüz diğer insanlardan etkilendiniz mi?

Enerjiyi duygusal olarak nasıl algıladığınızı anlamak önemlidir, çünkü çocukken başkalarının duygularını aldınız ve size onları nasıl durduracağınız, değiştireceğiniz veya dönüştüreceğiniz öğretilmedi. Çoğunuz kim olduğunuzu bilmediğiniz çocukluklar geçirdiniz. Başkalarının isteklerine, isteklerine ve taleplerine telepatik olarak o kadar açıktınız ki, onların istediğinin sizin istediğiniz şey olduğunu sık sık düşünürsünüz. Sonuç olarak, birçoğunuzun kimliği konusunda kafası karışık. Profesyonel olarak veya sadece arkadaş olarak başkalarına şifa vermek, danışmanlık yapmak veya yardım etmek isteyen hepiniz telepatik olarak çok açıksınız.

Birçoğunuz çok hassas çocuklar olarak büyüdünüz, çevrenizdeki insanların nasıl hissettiğinin farkındaydınız ve her yerden mesaj bombardımanına tutulmuştunuz. Sezgisel, hassas bir kişi olarak büyümekle ilgili birçok benzersiz sorun vardır. Birçoğunuz aşırı hassasiyet yaşadınız, diğer insanların duygularına neredeyse kendi duygularından daha fazla değer verdiniz.

kendi, başka birinin incindiğini sanki kendin incinmiş gibi hissetmek, başkalarını acı hissetmekten korumaya çalışmak, başkalarını çoğu zaman karşılık bulmadığın bir düzeyde sevmek. Telepatik olarak hassas büyümek, üzüntü ve gerginlik

hissettiğinizde anne babanızdan ve diğerlerinden çifte mesaj duymak anlamına gelebilir - "Hayır, bugün iyiyim canım". Bu, bir başkasının acısını hissettiğiniz için kendinizin incinmeye tahammül edemediğiniz, insanların duyarsız ve soğuk olup olmadıklarını veya etrafınızdaki bazı şeyleri algılayabilen tek kişinin siz olup olmadığınızı merak ederken, insanların nasıl zalim olabildiklerini merak etmek anlamına gelebilir.

Bazılarınız için bu, diğerlerinden bir şekilde farklı olduğunuzu hissetmek anlamına geliyordu. Çocukken uyum sağlamadığınızı hissetmiş olabilirsiniz ve okul, sosyal hayatıyla birlikte genellikle zordu. Öte yandan, bazılarınız hassasiyetinizi tam uyum sağlamak ve istediğinizi elde etmek için kullandı.

Günümüzde pek çok insan telepatik olmakla ilgili sorunları yaşıyor. Kim olduğunuzu bilememenizin bir kısmının içinizde var olan telepatik yeteneklerden kaynaklandığını anlamak önemlidir. Çoğunuz telepati ile ilgili deneyimler yaşadınız, belki de isteyebileceğinizden daha fazla. Daha önce verdiğim tüm radyo istasyonları ve aynı anda çalan tüm televizyonlar örneği, çoğunuz çocukluğunuzla nasıl başa çıkmak zorunda kaldınız. Birçok insandan birçok talep alıyordunuz ve çoğunuz memnun etmek için çok uğraştınız. İnsanlara istediklerini vermenin daha kolay olduğunu görebiliyordunuz, ancak bazılarınız kim olduğunuza aykırı talepler olduğunda veya asla tatmin edilemeyecek gibi göründüğünde isyan edip tersini yaptınız. Çoğunuz, diğer insanların üzerinizde uygulamaya çalıştığı telepatik kontrolü engellemek için öfke ve isyanı kullandınız.

Telepati bir sorundur
anlaşılmadığında,
ve olduğu zaman bir hediye ve bir sorumluluk.

Telepatik iseniz, mesaj alabileceğiniz gibi gönderebilirsiniz de. Gönderdiklerinizde başkalarına karşı sorumluluğunuz var. Çoğunuz duygusal merkezden alıp gönderiyorsunuz, ancak iletişiminizi zihinsel düzeye taşıyan kelimelerle de

gönderebilirsiniz. Hemen hemen herkes duygusal telepati yaşar, ancak çok azı zihinsel telepati yaşar. Sizi diğerlerinden daha iyi veya üstün yapan bir şey değildir. Bunu öğrenmediğiniz sürece, telepati bir hediye olduğu kadar bir sorun da olabilir. Telepatik olarak, mesajları alıp gönderebilirsiniz. Bu hediye ile başkalarını nasıl etkileyebileceğinizi anlıyor musunuz?

Gün boyunca meydana gelen belirli düşünme biçimleriniz, düşünce kalıplarınız var. Yürürken veya ata binerken, zihninizin otomatik olarak belirli kalıplara düştüğünü fark ettiniz mi, belki ev işleri, sıradan şeyler, bir problem veya yapacak daha iyi bir şeyiniz olmadığında düşündüğünüz bir şey hakkında düşünürsünüz? Bu düşünceleri daha yüksek bir enerji seviyesine taşıma sorumluluğunuz var, çünkü başkaları bunları alıyor ve onlardan etkileniyor. Bu düşünce alışkanlıklarını değiştirmek için, önce değişme taahhüdünü, ardından varlıklarını fark ettiğinizde onları daha yüksek seviyelere çıkarmak için bilinçli bir çabayı gerektirecektir.

Konsantre olmayı öğrenmek ve zihninizi seçtiğiniz yere odaklamak önemlidir, sıradan şeyler yerine daha yüksek idealleri düşünerek. Yaptığınız şeylerin önemsiz veya küçük görünmesi önemli değil; evriminizi belirleyen, yaptığınız işin türü değil, onu yapma şekliniz ve onun hakkında nasıl düşündüğünüzdür. Önemsiz görünen şeyler hakkındaki düşüncelerinizi kontrol etme alıştırması yapın ve daha büyük ve daha önemli şeyler hakkındaki düşüncelerinizi izlemeye hazır olacaksınız.

Kendinizi zihninizde insanlarla tartışırken, onlarla konuşurken ve onlara sinirlenirken bulabilirsiniz. Sanki gerçekten canlı bir sohbetiniz varmış gibi kendinizi onlarla bir şeyler tartışırken bulabilirsiniz. Sözle gönderdiğiniz her şey, diğer kişi tarafından alınıyor. Bu duygusal değil zihinsel bir telepatidir. Ancak, herkes kelimeleri sizin gönderdiğiniz kadar net bir şekilde alma yeteneğine sahip değildir. Bazı insanlar onları sizden gelen bir duygu olarak alırlar. Diğerleri kendilerini sizinle zihinsel bir tartışma yürütürken bulur. Bir dahaki sefere bir araya geldiğinizde sanki zihinsel olarak kaldığınız yerden sözlü olarak

başladığınızı fark edebilirsiniz.

Telepatikseniz, bir sorumluluğunuz vardır; sizinle başka biri arasında neler olup bittiğini bilmiyormuş gibi davranamazsınız. Derin bir seviyede biliyorsunuz ve bu bilgiyi bilincin ışığına çıkarmayı öğrenebilirsiniz. Gönderdiğiniz şeyin sorumluluğundan da kaçamazsınız, çünkü öfke gönderdiğinizde onu tüm tanıdıklarınıza göndermiş olursunuz. Öfkeli insanlarla rezonansa girmeye başlarsınız ve onların yayınlarını kendinize getirirsiniz. Öfkenizi sadece kızdığınız kişiye gönderdiğinizi düşünebilirsiniz, ancak telepatik düzeyde öfkenizin tüm dünyaya yayıldığının farkında olun. Sevgi dolu ve huzurlu olduğunuzda, bu enerjiyi isterlerse kullanmaları için başkalarına gönderirsiniz.

Ne zaman*sen başkalarını düşünüyorsun onlar senden enerji alıyorlar.*

Bana birçok kez soruldu, "İnsanları düşündüğümde, bu onların beni düşündüğü anlamına mı geliyor? İlk önce kim kimi düşündü?" Bu çok ilginç bir soru ve basit bir cevabı olmayan bir soru.

İnsanları kendiliğinden düşündüğünüzde, sık sık düşünmediğiniz insanlar ve masmavi gökyüzünde onların çok keskin ve net bir görüntüsünü elde ettiğinizde, muhtemelen aynı anda sizi de düşünüyorlardır. Biriyle süregelen bir ilişkiniz varsa ve o kişi hakkında düşünerek - zihinsel sorular sorarak, onunla konuşarak veya onunla tartışarak - çok fazla zaman harcarsanız, kişi aynı anda sizi düşünüyor olabilir veya olmayabilir. Onu düşündüğünüz gibi önceden kaydedilmiş bir kaset yaptığınızı ve birine gönderdiğinizi hayal edin. Aynı anda bağlanmanıza gerek yok. Kişi mesajınızı alıcı bir durumdayken alır. İnsanlar mesajlarınızı gönderildikleri kadar net duymayabilirler ancak bir şekilde alırlar.

Diyelim ki birisiyle tartışıyorsunuz, içinizden ona size

davranılmasından hoşlanmadığınızı söylüyorsunuz. Kişi çok empatikse (alabiliyorsa), mesajınız duyulacak ve devam eden bir tartışmadan haberdar olacaksınız. Kişi telepatik olarak gelişmemişse, düşünceleriniz yalnızca bir küskünlük veya öfke duygusu olarak alınabilir ve kişi olan biten karşısında şaşkına dönebilir veya öfke duyabilir. İletimi gönderdiğiniz anda alamayabilir, ancak daha sonra sizi düşünürken ve bir alıcı durumdayken - sessizlik, derin düşünme, hayal kurma, meditasyon veya herhangi bir durumda - teybe kaydedilmiş bir mesaj gibi oynatır. zihnin sessizliği Zihninizde mesaj göndermeyi telefon çevirmeye benzetebilirsiniz. Numara çevirirken hat kapalı olduğu için kimse size cevap veremez. Yalnızca aramayı bitirdikten sonra onlarla bağlantı kurabilirsiniz. Bir başkasını düşündüğünüzde, bir mesaj gönderiyorsunuz. Dinlerken göndermiyorsunuz. Birinin aramasını istediğinizde, kimsenin aramadığını fark etmişsinizdir; ama beş altı saat sonra birdenbire herkes seni arıyor. Meşgul olabilirsin ve artık bunu düşünmüyor bile olabilirsin. Bunun nedeni, genellikle (her zaman olmasa da) mesaj gönderdiğinizde insanların bunları alıp harekete geçmesi için zaman ayırmasıdır. İnsanlar evde olmadıklarında telefona cevap vermedikleri gibi, insanların da mesajınızı duyacak kadar sessiz olmaları da bir süre alıyor. Mesajınızı gönderirken sessiz kalırlarsa, belki meditasyon yapıyor veya hayal kuruyorlarsa, mesajı anında alabilirler ve hatta ona göre hareket edebilirler. Bir başkasını düşündüğünüzde, bir mesaj gönderiyorsunuz. Dinlerken göndermiyorsunuz. Birinin aramasını istediğinizde, kimsenin aramadığını fark etmişsinizdir; ama beş altı saat sonra birdenbire herkes seni arıyor. Meşgul olabilirsin ve artık bunu düşünmüyor bile olabilirsin. Bunun nedeni, genellikle (her zaman olmasa da) mesaj gönderdiğinizde insanların bunları alıp harekete geçmesi için zaman ayırmasıdır. İnsanlar evde olmadıklarında telefona cevap vermedikleri gibi, insanların da mesajınızı duyacak kadar sessiz olmaları da bir süre alıyor. Mesajınızı gönderirken sessiz kalırlarsa, belki meditasyon yapıyor veya hayal kuruyorlarsa, mesajı anında alabilirler ve

hatta ona göre hareket edebilirler. Bir başkasını düşündüğünüzde, bir mesaj gönderiyorsunuz. Dinlerken göndermiyorsunuz. Birinin aramasını istediğinizde, kimsenin aramadığını fark etmişsinizdir; ama beş altı saat sonra birdenbire herkes seni arıyor. Meşgul olabilirsin ve artık bunu düşünmüyor bile olabilirsin. Bunun nedeni, genellikle (her zaman olmasa da) mesaj gönderdiğinizde insanların bunları alıp harekete geçmesi için zaman ayırmasıdır. İnsanlar evde olmadıklarında telefona cevap vermedikleri gibi, insanların da mesajınızı duyacak kadar sessiz olmaları da bir süre alıyor. Mesajınızı gönderirken sessiz kalırlarsa, belki meditasyon yapıyor veya hayal kuruyorlarsa, mesajı anında alabilirler ve hatta ona göre hareket edebilirler. Birinin aramasını istediğinizde, kimsenin aramadığını fark etmişsinizdir; ama beş altı saat sonra birdenbire herkes seni arıyor. Meşgul olabilirsin ve artık bunu düşünmüyor bile olabilirsin. Bunun nedeni, genellikle (her zaman olmasa da) mesaj gönderdiğinizde insanların bunları alıp harekete geçmesi için zaman ayırmasıdır. İnsanlar evde olmadıklarında telefona cevap vermedikleri gibi, insanların da mesajınızı duyacak kadar sessiz olmaları da bir süre alıyor. Mesajınızı gönderirken sessiz kalırlarsa, belki meditasyon yapıyor veya hayal kuruyorlarsa, mesajı anında alabilirler ve hatta ona göre hareket edebilirler. Birinin aramasını istediğinizde, kimsenin aramadığını fark etmişsinizdir; ama beş altı saat sonra birdenbire herkes seni arıyor. Meşgul olabilirsin ve artık bunu düşünmüyor bile olabilirsin. Bunun nedeni, genellikle (her zaman olmasa da) mesaj gönderdiğinizde insanların bunları alıp harekete geçmesi için zaman ayırmasıdır. İnsanlar evde olmadıklarında telefona cevap vermedikleri gibi, insanların da mesajınızı duyacak kadar sessiz olmaları da bir süre alıyor. Mesajınızı gönderirken sessiz kalırlarsa, belki meditasyon yapıyor veya hayal kuruyorlarsa, mesajı anında alabilirler ve hatta ona göre hareket edebilirler. insanlar onları almak ve bunlara göre hareket etmek için zaman ayırır. İnsanlar evde olmadıklarında telefona cevap vermedikleri gibi, insanların da mesajınızı duyacak kadar sessiz olmaları da bir süre alıyor.

Mesajınızı gönderirken sessiz kalırlarsa, belki meditasyon yapıyor veya hayal kuruyorlarsa, mesajı anında alabilirler ve hatta ona göre hareket edebilirler. insanlar onları almak ve bunlara göre hareket etmek için zaman ayırır. İnsanlar evde olmadıklarında telefona cevap vermedikleri gibi, insanların da mesajınızı duyacak kadar sessiz olmaları da bir süre alıyor. Mesajınızı gönderirken sessiz kalırlarsa, belki meditasyon yapıyor veya hayal kuruyorlarsa, mesajı anında alabilirler ve hatta ona göre hareket edebilirler.

İnsanlarla derinden bağlantı kurduğunuzda ve onları düşündüğünüzde, zihinsel iletişiminizi, istedikleri zaman ve istedikleri takdirde oynatılabilecek bir "zihinsel kasete" koyarsınız. Başkalarından mesaj almaya gelince, çoğunuz onları dinleme, durdurma ve başlatma ve yalnızca duymak istediğiniz bölümleri seçme seçeneğine sahip olduğunuzu öğrenmediniz. Birçoğunuz tüm kasetlerin çalınmasına izin veriyorsunuz ki bu, kayıtlar iyi değilse stres yaratabilir.

Zihinsel bantları ayarlamayı ve onları istediğiniz zaman çalmayı nasıl öğrenebilirsiniz? İnsanları düşündüğünüzde, kayıt cihazını açar ve iletişimlerinin size ulaşmasına izin verirsiniz. Bunları düşünmeyerek veya onlara pozitif sevgi dolu görüntüler göndererek istediğiniz zaman kapatma olanağına sahipsiniz, çünkü görüntüler gönderirken onların düşüncelerini ve duygularını alamazsınız. Bir arkadaşınızın size iletmiş olabileceği herhangi bir kaydı duymak istemiyorsanız, onu düşünmeyin. Onun yerine düşünmesi ilginç ve eğlenceli şeyler bularak birini düşünmeyi bırakma yeteneğine sahipsiniz. Arkadaşlarınıza yüksek, sevgi dolu düşünceler, iç güzelliklerinin ve güçlerinin resimlerini aklınıza geldiklerinde gönderebilirsiniz ve onların mesajlarından daha az etkilenirsiniz.

Eğer*düşünme alışkanlıklarınızı değiştirmek ve yeni, daha yüksek düşünceler deneyimlemek için enerji verici ve eğlencelidir.*

Arabanızı sürerken, günlük işlerinizi ve sorumluluklarınızı düşünürken, aynı zamanda daha yüksek amacınızı, yolunuzu ve dünyaya neler katabileceğinizi düşünmek için bilinçli bir çaba gösterebilirsiniz. Hayatınıza getirmek istediğiniz nitelikleri düşünebilirsiniz - koşulsuz sevgi, iç huzur, bilgelik. Bu düşünceleri bilinçli olarak seçmeniz ve zihninizi normal düşünceleriniz yerine bu şeyleri düşünmek için tekrar tekrar eğitmeniz gerekebilir. Zihniniz daha yüksek idealleri ve ilkeleri düşünmeye alışana kadar, bu seviyelerde ilk başta yalnızca birkaç saniye kalabilirsiniz. Düşünecek daha aydınlanmış konular buldukça, eski düşünce kalıplarınızı ve bu seviyelerden size gelen mesajları kapatacaksınız.

Teyp kaydediciyi kapatmak için aynı tekniği kullanabilirsiniz. Belirli kişilerden mesaj almak istemiyorsanız, onlara kulak asmayın. Zihninizi meşgul edecek, size enerji veren ve size neşe getiren şeyler bulun ve bunu yaparken yavaş ve emin adımlarla onların iletişiminden kopacaksınız.

Mesajın yalnızca duymak istediğiniz kısmını nasıl dinleyebilirsiniz? Örneğin, birini düşünerek depresyona girdiğinizi fark ettiğiniz bir durumu ele alalım. Onunla ilgili düşünceler aklınıza geldiğinde ağır bir duyguya kapılırsınız veya belki de bitkin hissedersiniz. Onun için üzülebilir ve hayatını düzene sokmasını dileyebilirsin. İlişkinizde zor bir dönemden geçiyor olabilirsiniz ve onu düşünmek sizi üzüyor olabilir.

Kaydının yalnızca iyi bir kısmını duymak için, onu düşündüğünüzde odaklanmak için bilinçli bir çaba gösterin. Birini düşünmeye başlarsan, gelen tüm mesajlara açılırsın. Ancak, onu düşünmeden önce kendi enerjinize odaklanarak, rahat, sakin ve kendinden emin hissederek kendinizi

yönlendirirseniz, onun ruhunun size gönderdiği daha sevgi dolu mesajı getirebilirsiniz. Başkalarının sorunlarını almak yerine sakinliğinizi gönderirseniz, iletişimlerinin hangi bölümünün size geleceğini kontrol edebilirsiniz. Sizi tüketen bir kişi durumunda, "Seni sevgi dolu ve yüce bir varlık olarak görüyorum. Ruhumdan seninkine konuşmak istiyorum ve şimdi kendimi açacağım" gibi düşünceleri bilinçli olarak göndermeyi seçebilirsiniz. seni dinlemek için." Neyin geri geldiği hissinden hoşlanmıyorsanız, alımınızı kapatabilirsiniz,

Şifa göndermek için, diğer insanlara olan sevginizi ve şefkatinizi deneyimleyin. Uygun olan her şekilde hayatlarını bir araya getirdiklerini hayal edin. Onların büyüklüğünü ve ruh güzelliğini görün. İyileştirici ve sevgi dolu düşünceler göndermek, telepatik mesajlarınızın kalitesini de artıracaktır. Birini her düşündüğünüzde, aynı zamanda sevgi dolu, destekleyici bir düşünce gönderirseniz, size geri dönen mesajlarda muazzam bir fark bulacaksınız.

Bir insanı düşünmeyi bırakmanın yolları var, eğer canınız isterse.

Düşünmesi eğlenceli ve keyifli olan şeylere bilinçli bir şekilde odaklanın. Bazı neşeli görüntüler veya fanteziler geliştirmek için zaman ayırın ve diğer kişi aklınıza geldiğinde bunları hazır bulundurun. Onunla ilgili düşünceleri durdurmaya niyet etmelisiniz, yoksa geri gelmeye devam edeceklerdir. Zihninizi eğitmek için harika bir fırsat.

En çok kalbini açtığın kişilerle telepatik olarak bağlanırsın. Kalp seviyesinde bir bağ varken düşüncelerinizi kapatmak bir meydan okumadır. Size gönderilen teyp kayıtlarını dinlemek istemiyorsanız, kendinize birini düşünmeye her izin verdiğinizde,

size gönderilenleri almanıza izin verdiğinizi bilin. Ayrıca, diğer kişinin yaşadığı duyguları almaya da açıksınız. Sevgi dolu bir düşünce gönderirseniz, karşınızdaki kişinin enerjisini kendinize çekemezsiniz.

Birinden bir şey istiyorsanız ve onu size vermesi için telepatik olarak iterseniz, onu uzaklaştırırsınız. Ve kişi sizden ne kadar uzaklaşırsa, üstesinden gelmek için o kadar çok zorlamanız muhtemeldir. Birisi sizden vermek istemediğiniz bir şey isterse, kendinizi "itilmiş" hissedersiniz ve doğal tepkiniz "geri çekilmek" olur. Geri çekilip kendi hayatınıza ve amacınıza odaklanarak kendi içinizde boşluk yaratırsanız, muhtemelen sizinle bağlantı kurmak isteyen diğer kişiyi bulacaksınız. İnsanlardan bir şey istiyorsanız, sizi düşünmelerini, yanınızda olmalarını, ilgi göstermelerini istiyorsanız, bunu elde etmenin yolu tüm dikkatinizi onlardan çekmekten geçer. Çoğunuz tam tersini yaparsınız - sürekli birini düşünürsünüz; tüm enerjinizi onlara verirsiniz ve sonuçlar tam da istediğinizin tersi olur. Mesajlarınız ve her zaman etraflarında olan enerjinizle bombardımana tutulurlar. Her zaman yanlarındayken, bir teyp kaydında, zihinleri her rahatladığında neden şirketinizi arasınlar?

Birinden ilgi görmek istiyorsanız, onu düşünmeyi bırakın ve kendi hayatınıza devam edin. Kişiyi her düşünmeye başladığınızda başka bir şeye odaklanın veya ışık gönderip kişinin zihninizde eridiğini görün. Çalışıp çalışmadığını görmek için sürekli kontrol etmeyin (şimdi dikkat ediyor mu?); bu kişiye enerji gönderiyor. Hayatınıza ve işinize o kadar dahil olduğunuz bir noktaya gelmelisiniz ki, gerçekten bir boşluk var. Seni hissettiğinde, orada hiçbir şey yoktur. O zaman kişi size çekilecektir.

Çoğunuz bir şey istediğinizde ve birinin onu size verdiğini hayal ettiğinizde onu elde edeceğinizi düşünürsünüz. Genellikle tam tersi şekilde çalışır; direniş yaratırsın.

Eğer*Birinden bir şey istiyorsun, aynı şeyi bir*

başkasına verdiğin zamanı hayal et.

Örneğin, yanınızda kalan bir arkadaşınız varsa ve ev işlerine yardım etmelerini istiyorsanız, birlikte kaldığınız insanlara ev işi yapmayı teklif ettiğiniz bir zamanı hatırlayın. Birinin size karşı daha nazik olmasını istiyorsanız, başka birine karşı nazik olduğunuz zamanları hayal edin.

Birinin sizin için bir şey yaptığını hayal etmekle aynı şeyi başkası için yaptığınız bir zamanı hayal etmek arasında büyük bir fark vardır. Birinden bir şey istediğinizi hayal edin ve bunu ister sözlü ister zihninizden tekrar tekrar isteyin. Çoğu insan uzaklaşarak yanıt verir. Bunun yerine zihninizi aynı şeyleri sunduğunuz zamanların düşünceleriyle doldurursanız, sizi her düşündüğünde etrafınızdaki resimleri toplayacaktır. Resimlerinizi incelerken, sizin hatırladığınız şeyleri başkaları için yapmayı düşünmeye başlayacak.

Sizi tüketen insanlarla nasıl başa çıkıyorsunuz? Her şeyden önce, bir şekilde izin vermediğiniz takdirde sizi tüketemeyeceklerini bilin. "Beni tüketmelerini istemiyorum" diyebilirsiniz, ancak bir düzeyde bunu yapmalarına izin veriyorsunuz. Kendi sınırlarınızı ve sınırlarınızı belirlemezseniz, onlar da belirlemez. Çok net bir şekilde "Bu insanlar tarafından tüketilmeyeceğim, hayatlarının sorumluluğunu kabul etmeyeceğim" demelisiniz ve o zaman tükenmeyeceksiniz. Onların refahı için sorumluluk almazsanız, artık enerjinizi alamazlar. Ancak onlara yardımcı olacak sevgi ve barış düşünceleri gönderebilirsiniz.

Tükenmişlik telepatik bağlantılardan çok kendi inançlarınız ve kişiliğinizden, hayatınızdaki insanlarla hangi haklara sahip olup olmadığınızla ilgili verdiğiniz kararlardan kaynaklanır. Sizden

talepte bulunan insanları görmezden gelebilirsiniz. Bunun yerine, şikayetlerini duymayı, istemeseniz de yanlarında olmayı onlara borçlu olduğunuzu hissederseniz, onların sizi tükettiğini hissetmeye devam edeceksiniz. "Onlardan kopmamın hiçbir yolu yok" diyor olabilirsiniz. Ve yine de, önce kendi hayatınızı yaşamaya kesinlikle hakkınız olduğunu kendinize onaylayarak var.

Diğer insanların mutluluğundan ne kadar sorumlu hissettiğin, onların seni ne kadar çekebilecekleri ve senden alabilecekleri derecedir. Onlara bir şey borçlu olduğunuza inanarak izin verdiğiniz için sadece suçluluk ve manipülasyon kullanabilirler. Hayatlarının sorumluluğunu onlara devrederseniz, bu kadar rahatsız hissetmezsiniz. Kendinize "sadece onlar kendilerini güçlü kılabilir, güzel duygular yaratabilir, kendilerine verebilirler" diyebilirsiniz ve o zaman artık onlarla iletişim kurmaktan yorulmayacaksınız. Sadece yapabileceklerini hissettiğinde, yalnız bırakılmayı hak etmediğini düşündüğün için senden almalarına izin verdiğinde seni çekebilirler.

Bir kişi bana, kızgın ve soğuk davranan ve ona gönderdiği sevgiye ve iyi düşüncelere yanıt vermeyen bir komşuyu sordu. Negatif enerjisiyle ne yapacağını şaşırdı. İnsanlara tekrar tekrar sevgi gönderiyorsanız ve negatif enerjiyle ya da hiç cevap vermiyorlarsa, onlara enerji ve sevgi göndermenizi istemeyebilirler. Bu durumda kadının enerjisini komşusundan çekmesi gerekiyordu. Bunu yaptığında, onu aramakta özgür hissetti. Onun enerjisiyle o kadar doluydu ki ona direndi; kaldırabileceğinden çok daha fazla aşktı. Aslında, ona herhangi bir düşünce göndermeyi bıraktı ve bir ay içinde ona yardım edebileceği bir şey olup olmadığını sormak için geldi.

Ya birini düşündüğünüzde çok fazla acı hissederseniz, bunaltıcı bir duygusal düğüm yaşarsanız ve sevgi dolu düşünceler düşünme yeteneğinizi bloke ediyor gibi görünüyorsa? Bazen duyguları sakinleştirmenin tek yolu zihninizin sesini yükseltmektir. İster inanın ister inanmayın, kendinize yüksek sözler söylemeyi öğrenebilirsiniz. Acının sesini

bastırmıyorsunuz, ancak yüksek benliğinizin sesini yükseltiyorsunuz. Acı çeken parçanızı yanlış veya kötü yapmayın, çünkü bu onun sizin üzerinizdeki gücünü artırır. "Bu olmuyor, her şey ters gidiyor, bu kişi beni terk etti ya da benden nefret ediyor" diyorsa, zihninizde tekrar tekrar yüksek ve olumlu şeyler söyleyin. Kelimelere odaklanamasanız ve zihninizin daha yüksek düşüncelere girip çıktığını fark etmeseniz bile, ısrar edin. Akıl kesinlikle duygulara hükmedebilir.

Yoo*ilham verici, sevgi dolu sözler tekrar tekrar söyleyerek duygularınızı sakinleştirebilir.*

Nefsiniz üzerinde hakimiyet kazanmanıza yardım etmesi için size düşünce armağanı verildi. Düşünce, kişisel dönüşüm için yararlı bir araçtır. Zihniniz, cehaletin ve karanlığın olduğu yere bilgeliğin ışığını getirebilen harika bir araçtır. Duygularınızdan bunaldığınızı hissediyorsanız, "Evren mükemmel bir uyum içinde çalışıyor. Her şey benim yüksek iyiliğim için oluyor. Şimdi bir güzellik ve mükemmellik evreni görüyorum" gibi olumlamalar yazmaya başlayın.

Bunları düşünün; onları tekrar tekrar söyle. Zihninizi, "İşler olumlu, işler benim lehime işliyor, her şey düzen ve uyum içinde," diyen bir sesle doldurun. Zihninizi olumlu düşüncelerle ne kadar çok doldurursanız, duygularınızın sesini o kadar kısarsınız. Ruhsal gerçekleri ve uyum, denge ve barış gibi ruhun ilkelerini onaylayın. Yüksek sözler söylemeye devam ederseniz, onların titreşimi duygularınızı sakinleştirmeye başlayacaktır. Disiplin ve pratik gerektirir. Kolay çözümler yoktur. Kendinizi daha yüksek yerlere gerçekten niyet etmeli ve irade etmelisiniz, o zaman istediğiniz sonuçlar gelecektir.

OYUN KILAVUZU

1 | Bu sabah uyandığınızda nasıl hissettiğinize odaklanın. Nasıl hissettin? O gün aklında neler vardı?

2 | Bugün kimi gördün veya kiminle konuştun? Onları görmeden önce, görme sırasında ve gördükten sonra enerjiniz nasıl değişti? Onların enerjisini getirdiğiniz örnekleri bulabilir misiniz? Kimi gördüğünüzün ve nasıl hissettiğinizin bir listesini yapın.
Gördüğüm Kişi: Nasıl Hissettim:

3 | Onunla birlikteyken hoşunuza gitmeyen duygu ve düşünceleri alın ve bu duygu ve düşünceleri ışıkta erittiğinizi hayal edin. Derin nefes alın ve dengeli, merkezlenmiş bir duyguya geri döndüğünüzü hissedin.

XVI.

Rehberlik Alma Daha Yüksek Alemlerden

Evrenin yüksek alemlerinden bilgi almayı öğrenebilirsiniz. İnsanlardan gelen telepatik yayınlar olduğu gibi, ayarlayabileceğiniz birçok yüksek yayın var. Yüksek düzeyde rehberlik ve bilgi her zaman mevcuttur. Bir radyo dalgasını göremediğiniz ve dokunamadığınız gibi, bu yayınları da, iradeniz ve niyetiniz olmadıkça, göremez ve dokunamazsınız.

Nedir bu yayınlar? Farklı bilgi seviyeleri vardır; bazıları bilimi, bazıları ticareti, her türden öğretiyi, barış vizyonlarını içerir. Bilinen ve henüz bilinmeyecek olan tüm bilgiler, kendinizi bu seviyelere uyumlayarak kullanabilirsiniz. Onlara evrensel zihin, zaman ve mekanın dışında var olan kolektif yaşam gücü enerjisi adı verildi. Birçok büyük bilim adamı, bilimsel icatları için bu seviyeye dokunmuştur. Pek çok yeni keşif, fikir ve kavram bu frekansa uyumlanmadan gelir. İşinizde size yardımcı olacak, yaratıcılığınızı artıracak veya müreffeh olmanıza yardımcı olacak bilgileri getirebilirsiniz. Gezegende barışı düşünen ve yaşamlarınıza barış getirmeye çabalayanlarınız, mevcut olan barış yayınından faydalanabilir.

Bir şifa yayını her zaman mevcuttur. Özü sevgi, şefkat ve

barıştır. Yardıma, rehberliğe veya sevgiye ihtiyacınız olduğunda, enerjinizi yükseltmek ve sevgiye ihtiyacı olan her şeyi iyileştirmek için ayarlayabileceğiniz bir yayın olarak her zaman elinizin altındadır. Şifacılar ve danışmanlık mesleklerinde olanlar, çalışmaları sırasında sıklıkla bu seviyeden yararlanırlar; herkes buna uyum sağlayabilir. Kendinizi bu frekansa ayarladıkça, bilinçli bilginizin ötesinde bir seviyeden gelen bir kesinlikle ne yapacağınızı veya ne söyleyeceğinizi biliyormuşsunuz gibi hissedersiniz.

Gerçek şifa, hem kendiniz hem de başkaları için şefkat ve sevgiyi içerir.

Ellerinizi vücut çalışmasında veya dokunuşta kullanıyorsanız, şifalı bilgi veya enerji getiriyorsanız, sesiniz, düşünceleriniz veya sözlerinizle insanlara yardım ediyorsanız, bu yayından yararlanıyorsunuz. İşiniz, aile hayatınız veya arkadaşlarınız aracılığıyla başkalarına herhangi bir şekilde yardım edenleriniz, bu şifa ve sevgi yayınına bağlanın. Ne zaman başkalarına hizmet etsen, bu yayını alırsın ve onun iyileştirici niteliklerini yaymaya başlarsın. Bu şifa seviyelerine uyumlandıkça, şifa yeteneğinizi artırdığınız kadar kesinlikle kendinize olan sevginizi de artırırsınız.

Rehberlik aynı zamanda, hem fiziksel olarak dünyada mevcut olan hem de diğer alemlerde bulunan birçok yüksek usta ve ruhaniyet öğretmeninden elde edilebilir. Artık yaşamayan birçok yüksek ruh, barış ve sevgi odağını elinde tutuyor ve kişisel rehberlik için hazır. Onlara rehber diyorsunuz, çünkü onlar insanlık ve onlara başvuran herkes için yüksek bir vizyona sahip olmaya yardımcı olmak için oradalar. Rehberinizin farkında olsanız da olmasanız da hepinizin bir rehberi var. Rehberinizin

size bilgi gönderebileceği birçok farklı yol vardır. Aradığınız cevaplar, istediğiniz bilgiler her zaman oradadır. Bilgiler size her zaman gönderilmektedir. Rehberler, kendi bilgeliğinizi ve ruhunuzun sürekli rehberliğini keşfetmenize yardımcı olmak için daha yüksek bilgi ve deneyim seviyelerine ulaşma yeteneğinizin farkına varmanıza yardımcı olmayı isterler. Derslerini asla almayacaklar, ancak ne öğrendiğinizi görmenize yardımcı olacaklar, böylece büyüme derslerinizde daha hızlı ilerleyebileceksiniz. Sorulduğunda, neler olup bittiğini anlamanıza ve daha sevgi dolu ve şefkatli şekillerde hareket etmenize izin veren bir bakış açısı sunarak size herhangi bir durumun genişletilmiş bir görünümünü gösterebilirler. Herhangi bir duruma bu bilge, genişletilmiş bakış açısıyla baktığınızda, acıyı bırakıp sıcak ve sevgi dolu bir insan olarak kendinizi kucaklamanız mümkündür.

bir// sen*Rehberlik almak için yapılması gereken, istemek ve sonra dinlemektir.*

Bunu yapmaya niyetiniz ve niyetiniz varsa, bu rehberlik ve bilgi düzeylerinden herhangi birine uyum sağlayabilirsiniz. İrade ve niyet nedir? "Kendimi şunu ya da bunu yapmaya zorlayacağım" diyen kısım olarak iradenizin bir resmi olabilir. İradenin doğru kullanımı, bir şeyi yapmayı o kadar çok sevdiğinizde, onu istemek veya kendinizi zorlamak zorunda kalmadan yapmaktır. Bir şeyi yapmayı sevdiğinizde sonuçlarını gördünüz ve bir şeyi gerçekten yapmak istemeyip kendinizi yine de yapmaya zorladığınızda ne olduğunu gördünüz. Bir şeyi kendinize yaptırdığınızda ya da o konuda çok kararsız kaldığınızda iyi sonuçlar üretmiyorsunuz.

İrade, sevdiğiniz bir şeye yönelik net bir odak noktasıdır.

Odak korkular, şüpheler ve dirençle ne kadar seyreltilmezse ve bir lazer ışını gibi gitmesini istediğiniz yere yönlendirilirse, iradenin size bir şeyler çekme yeteneği o kadar artar.

Bazılarınız belirli şeyleri istediğini söylüyor, onları sık sık düşünüyor ve sonra neden alamadığını merak ediyor. İstediğinizi elde etme konusunda ne kadar emin değilseniz, onu elde etmek o kadar uzun sürer. Net olduğunuzda ve iradeniz odaklandığında, istediğinizi kendinize getirirsiniz. İradenin bir şey istediğinde evrene gidip onu bulduğunu, ardından ona sahip olmak için vücudunuzu mıknatısladığını hayal edin. Will, telepatik alım ve evrenin daha yüksek alemlerine bağlantı da dahil olmak üzere istediğiniz her şeyi size getirebilir.

Şifacı, öğretmen veya danışman olanlarınız, iyileşmenizi mümkün kılan büyük bir motivasyona, niyete ve arzuya sahipsiniz. İyileşme, bilinçli olarak seçtiğiniz veya "içine düştüğünüz" bir şey olabilir, ancak yetenekli ve iyi olmak için niyetinizin ve iradenizin büyük bir bölümünü ona odaklamanız gerekir. Will, sizi doğru istasyona ayarlayan kadrandır. . Psişik bir kanal olmanın, ellerinizle, zihninizle veya sözlerinizle şifacı olmanın sihirli bir formülü yoktur. Herhangi bir şey olmayı arzuluyorsanız - yazar, oyuncu, atlet, kanal, başarılı iş insanı - sadece iradeye ve niyete sahip olmanız gerekir , bunu yapmak için harekete geçerek kazanıldı.Sizi en yüksek yolunuza yönlendirmek için daha yüksek seviyelerden gelen yayın, onu isteyen ve isteyen herkes için her zaman mevcuttur.

Birçoğunuz, insanlara yardım etmeye daha doğrudan dahil olmak istersiniz. Birçoğunuz yaşam amacınızla örtüşmediğini düşündüğünüz işlerde çalışıyorsunuz. Başka bir şey yapıp yapmamam gerektiğini merak edebilirsin, ne olduğunu bilmesen de yerine getirmen gereken bir görev varsa. Bunları düşünüyor olmanız, sizin bir şifacı olduğunuzun ve buraya gerçekten şifa vermek için geldiğinizin bir göstergesidir. Bu konuda tesadüf ya da şans diye bir şey yoktur. Ne yapmak için burada olduğunuzu bulmak istiyorsanız veya hizmet etme ve iyileştirme yolunuza başlamak istiyorsanız, yapmanız gereken ilk şey bunu yapmaya karar vermektir. Başlanacak yer, bulunduğunuz yerdir - çevrenizdeki herkese hizmet etmek ve yardım etmek.

Örneğin, ruhsal rehberinizle bağlantı kurmak istiyorsanız, yapmanız gereken tek şey buna karar vermek ve evrenden sizi bu deneyime yönlendirmesini istemek. İradenizi, niyetinizi ve kararlılığınızı oraya koyarsanız o size gelecektir. Bir rehberi çekmek istediğinizden ne derece emin olduğunuz, onu hayatınıza çekme hızınızı belirleyecektir. Size yolu göstermeye yardımcı olması için belirli kitaplara, insanlara vb. yönlendirilebilirsiniz.

İradenizi nasıl odaklarsınız? İlk yollardan biri, bir hedefin peşinden gidip onu elde ettiğiniz bir zamanı hatırlamaktır. O geçmiş deneyimi düşündüğünüzde, o enerjiyi şimdiki realitenize getirirsiniz. Bir şeyi elde etmeye çok niyetli olduğunuz ve onu elde ettiğiniz bir zamanı hatırlayın. Yeni bir araba istediğini söyle. Dışarı çıkıp baktınız, arabalara dokundunuz, sürdünüz, onlar hakkında düşündünüz, okudunuz ve bir araba alacak parayı buldunuz. Bir şeyi elde etmek için gösterdiğiniz özveri düzeyine bakın ve şimdi istediğiniz bir şeyi elde etmek için neyin gerekli olduğunu göreceksiniz.

İstediğiniz bazı şeyleri elde etmek uzun zaman almış olabilir. Geri dönüp onları elde etmek için yüksek düzeyde konsantrasyon göstermediğinizi veya belki de onları nadiren düşündüğünüzü fark edebilirsiniz. Onları sık sık düşünmüş

olabilirsin ama onlara sahip olabileceğine inanmadın.

zihin, günde 40.000 ila 50.000 düşünceye sahiptir. Bu günlük düşüncelerin 1.000 ila 2.000'i bir amaca yönlendirildiğinde, hızla gelecektir.

Çoğunuz bir şeyi günde bir, belki iki ya da üç kez düşünür ve sonra ona ulaşmanın neden bu kadar uzun sürdüğünü merak edersiniz. Düşünceler enerjidir. Bir şey hakkında ne kadar çok düşünürseniz, dış dünyada düşündüğünüz şeyi yaratmak için iç dünyanızdan o kadar çok enerji çekersiniz.

Bir şeye koyduğunuz düşüncelerin sayısı ve bir şey hakkındaki inancınız veya duygusal enerjinizin yoğunluğu, onu ne kadar çabuk yarattığınızı belirler. Bir şeyi elde etme konusundaki duygusal inancınız çok önemlidir. Duygular, inancınızın yoğunluğuyla düşünceleri gerçeğe doğru iter. Bir şeyi elde etme konusunda ne kadar az şüpheniz varsa, o kadar hızlı gelecektir. Ne istediğinizi temsil eden bir kutu düşünün. Ne istediğinizi her düşündüğünüzde kutu daha da dolar ve kritik kütleye ulaşıldığında kutu gerçeğe dönüşür. Tekrar tekrar düşündüğünüz bir şey varsa, belli bir noktada tezahür edecektir; ne kadar süreceği, geleceğine ne kadar inandığınıza bağlıdır. Bu, istediğiniz şeyin başka bir kişiden gelmesi gerekiyorsa geçerli değildir, çünkü siz yalnızca kendi realiteniz üzerinde kontrol sahibisiniz, onlarınki değil.

Bir şeye sahip olacağınıza ne kadar inanırsanız, heyecanlanırsanız, zihninizde canlandırırsanız, neşe, heyecan ve beklenti duygularınızı kullanırsanız, o şey o kadar çabuk gelecektir. Ancak korku ve şüphe duygularının da odaklandıkları

şeyi yarattığını unutmayın, çünkü onları tekrar tekrar düşünüyorsunuz. Bir şeyden korktuğunuzda, olmasını istemediğiniz şeyi düşünürsünüz ve bu, "Olmasını istemediğim şey" etiketli bir kutuyu doldurur ve elbette o kutu dolar ve sonra gerçek olur.

İradenizi daha net bir şekilde odaklamak istiyorsanız, şüphelerinize, içinizdeki "Buna sahip olamam" diyen şeylere bakın. Burada iki kutu var - olumlu düşünceler ve neşeli duygularla dolu "yapabilirim" etiketli kutu ve korkular ve olumsuz düşüncelerle dolu "yapamam" etiketli kutu. Pek çok olumlu düşünceniz varsa, ancak bunlar eşit derecede olumsuz olanlarla dengeleniyorsa, hiçbir şey yaratamazsınız. İstediğin şeye duyduğun arzu, ona sahip olmakla ilgili korkularından daha güçlü olmalı. Ne zaman bir şeyden korksan, onu yaratmak için harcadığın enerjiden uzaklaşırsın. Bu korku düşüncelerini yanlış yapmayın, ancak birini her fark ettiğinizde, yanına olumlu düşünceler koyun.

Rehberlik almak istediğiniz konusunda netleştikten ve bunu yapmaya niyetlendikten sonra, bu konuda olumlu ve heyecanlı hissederek, onu alacaksınız. Yayının alımı zihnin dışında gerçekleşir ve bir anda gerçekleşir. Zihniniz bir fikrin farkına vardığında, bilgi çoktan yüksek merkezlerinize gelmiştir; zaten aldınız.

Eğer *yukarı bakar ve daha yüksek alemlere odaklanırsınız, kesinlikle nefes aldıkça ihtiyacınız olan herhangi bir yardım veya bilgiyi alırsınız.*

Yüksek alemlerin deneyimi genellikle içsel görme biçiminde gelir. Hepiniz içsel bilme, altıncı his, bir şeylerin olacağına dair bir his deneyimlediniz ve oldu. Örneğin, birlikte olduğunuz bir

kişinin iyi olmadığına dair bir farkındalığınız olabilir. Bazen insanlara bakarsınız ve onlar hakkında, bazı ek içgörü boyutları dışında muhtemelen bilemeyeceğiniz bir şey bilirsiniz.

Hayatınız hakkında sürekli içgörüleriniz, keşifleriniz ve yeni düşünceleriniz var. Telepatik mesajlar anında alınır ve bunların alındığına dair bilinçli bir farkındalık yoktur. Yüksek rehberliğin telepatik alımının nasıl farkında olacağınızı size söyleyemem, çünkü bu farkındalığın dışında gerçekleşir. Önce düşünceleriniz ve içsel görüşünüz aracılığıyla bunun farkına varırsınız. Aniden bir sorunu halletmenin yeni bir yolunu bulursunuz veya bilincinizde bir değişiklik olur ki bu, çoğunuzun yayını aldığının ilk göstergesidir. Bu rehberlik duygusal benliğinize geldiğinde, çok geçmeden eski durumların artık eskisi gibi duygusal tepkileri tetiklemediğini fark edeceksiniz. Yayını kalbinize soktukça, kendinizin genişlediğini ve daha önce hissetmediğiniz yerlerde sevgi ve bağışlayıcılık hissedebildiğinizi fark edeceksiniz. Fikirlerinizi başkalarına yeni ve farklı şekillerde iletmeye başlarsınız. Onu bedeninize getirdiğinizde, genellikle fiziksel bedeninizi veya ona dair farkındalığınızı değiştirirsiniz.

Bilgi her zaman oradadır; tek engel, yayını almaya yönelik irade ve niyetinizin olmamasıdır. Daha fazla bilgi edinmek istiyorsanız, tek yapmanız gereken bunu yapmaya karar vermek ve ona odaklanmak. Kendinizi hiçbir yere varmayan sıradan düşünceleri düşünürken bulduğunuzda, daha yüksek şekillerde harcayabileceğiniz zaman ayırırken, bunun yerine hakkında daha fazla bilgi edinmek istediğiniz konu hakkında düşünün. Ardından birkaç dakika sessiz kalın ve yayını almak için açın. Bir veya iki saat içinde bazı yeni bilgiler veya içgörüler bulacaksınız. Evrensel akıldan almak kolaydır; tek yapmanız gereken almak istemek. Bilgi size bir arkadaş veya kitap aracılığıyla gelebilir; duyabilir veya görebilirsiniz. Yeni bir düşünce şeklinde gelebilir. Sessizleşerek, rahatlayarak, zihninizi sakinleştirerek onu daha iyi yönlendirebilirsiniz. geldiğini kabul etmek önemlidir. Bunu iradeniz ve niyetinizle ilişkilendirerek, yaratma yeteneğinize olan inancınızı güçlendirirsiniz.

Kendi hayatınızı ve kaderinizi irade ve niyetinizle belirleyen bağımsız bireylersiniz. İstediğin şey ile onun gerçekleşmesi arasındaki bağlantının ne kadar farkında olursan, istediğini yaratma yeteneğinin o kadar arttığını göreceksin. Yeni bir fikriniz veya yeni bir düşünceniz olduğunda ve bunu kabul ettiğinizde, daha fazlasını almaya kendinizi açarsınız.

hedeflerinizi belirlemek, onları size daha hızlı getirir.

İstediğiniz şey bilgi olabilir, hizmet etme fırsatının artması veya psişik bir kanal olma arzusu olabilir. Bu bir iş fırsatı, yeni bir kariyer, istediğiniz herhangi bir şey olabilir. Niyetinizi yazın ve evrene açık bir mesaj yapın, "Bir kitap yazmaya niyetliyim" veya "Psişik ve iyileştirici yeteneklerimi keşfetmeye niyetliyim ve şimdi bunu yapıyorum." Belirli bir yöne gitmek istediğiniz konusunda ne kadar net olursanız, onu o kadar çabuk gerçekleştirebilirsiniz. Size çok fazla bilgi ve rehberlik çekmeye başlayacaksınız.

Başka bir yol da, sessiz bir yerdeyken işinizle ilgili yeni içgörüler edinmek istediğinizi kendinize onaylamaktır. Yeni içgörüleri tanımaya istekli olun ve ardından isteği bırakın. Sırf daha yüksek seviyelerden almanın nasıl bir his olduğunu deneyimlemek için sonraki yarım gün hatta yarım saat içinde düşüncelerinize ne geldiğini izleyin.

Birçoğu bana, "Düşüncelerim ile evrenin daha yüksek düşünceleri arasındaki farkı nasıl bilebilirim?" diye sordu. "Bu bir vahiy miydi, bir ilham mıydı, yoksa benim kendi aklım mı akıllıca bir düşünceydi?" diye merak ediyorsunuz. Fark yok. Daha yüksek bilgi seviyelerinin telepatik alımı, bilinçli farkındalık seviyenizin ötesindedir. İlk önce düşünce süreçlerinize çarptığında bunun farkına varırsınız. Bazılarınız bunun daha erken farkına varır, örneğin birini iyileştirirken ve

enerji hissederken. Bunun farkına varmanın başka yolları da var, ama gerçek alımlama bilmenin kapsamı dışındadır. Yani, "Bunu nasıl tanırım? Nasıl daha iyi alırım?" diye soruyorsunuz. Daha iyisini almak istiyorsan, arzun buysa, o zaman alacaksın. Rehberliği kabul ettiğinizin daha fazla farkına varmak istiyorsanız, o zaman yapacaksınız.

Ne zaman normal aralığınızın dışında görünen bir düşünceye sahip olsanız - örneğin, sokakta yürüyor olabilirsiniz ve aniden yeni bir fikirle gelebilirsiniz - daha yüksek bir alemden bilgi aldınız. Birçoğunuz gökten size bir şeyler söyleyen bir ses duymayı bekliyorsunuz; genellikle bu tür bir deneyim değildir. Genellikle kendi zihniniz veya hayal gücünüz gibi gelir. Alımın farkına vardığınız zaman, bilgi zaten form dünyanızda, yani düşünceleriniz ve bedeninizdedir. Fikirler kendi düşünceleriniz gibi görünür, ancak onlar için daha yüksek bir kaliteye sahiptir. Onlar farklı bir yapıya sahiptir; bir şeye yeni bir bakış açısı veya daha sevgi dolu bir bakış açısı getiriyorlar. Yeni bir düşünceye sahip olduğunuzda, bu daha yüksek düzeydeki rehberlikle uyum içinde olduğunuzun bir işaretidir. Ne kadar çok onaylarsanız, telepatik mesajları aldığınızı ne kadar çok kabul ederseniz, onları almaya o kadar çok devam edeceksiniz. Eski seviyelerinizde düşünmenin giderek daha sıkıcı hale geldiğini göreceksiniz; İlham ve içgörü almak bu kadar tatmin ediciyken, aynı sorunları kafanızda koşturmaktan yoruluyorsunuz. Can sıkıntısı genellikle ruhun sizi yeni alanlara çekmek için kullandığı bir araçtır.

1*Irehberliği daha doğrudan getirmek istiyorsanız, belki kendi rehberinizle bağlantı kurarak, sessizce otururak başlayın.*

Günün normal akışı içinde deneyimlediğiniz pek çok değişmiş bilinç durumu vardır. Bir kitabın içinde kaybolduğunuzda, televizyon seyrettiğinizde, güzel bir müziğin seslerine kendinizi kaptırdığınızda, hayal kurduğunuzda, resim yaptığınızda ya da bir müzik aleti çaldığınızda, değişmiş bir bilinç halindesinizdir. Bu durumlar sağ beyinle, yaratıcı doğanızla ilişkilidir ve daha yüksek rehberlik almaya en çok katkıda bulunan durumlardır. Rehberlik, beynin sağ veya yaratıcı tarafı aracılığıyla alınır; daha sonra hafızanın ve mantığın sol beyin tarafı aracılığıyla somut bilgiye çevrilir. Ne zaman sessizleşirsen, daha alıcı bir durumdasın.

Bu zamanlarda yapmanız gereken, sıradan ve boş düşünceleri bir kenara bırakmak ve dikkatinizi yukarıya odaklamaktır. Bu sessiz alıcılık halindeki diğer insanları düşündüğünüzde, onların duygusal veya zihinsel enerjilerini alabilirsiniz. Eğer depresyondalarsa veya acı çekiyorlarsa, onları düşündüğünüzde kendi enerjinizi düşürebilirsiniz. Evrenin daha yüksek seviyelerinden telepatik olarak aldığınızda, kendi yüksek benliğinize yükselirsiniz. Daha sevecen ve ışıkla dolu hale geldikçe, başkalarının enerjisini de yükseltebilirsiniz. O kadar yükseğe çıkmayabilirler (veya bazıları daha yükseğe çıkabilir), ancak farkındalığınızı daha yükseğe ayarlayarak etrafınızdaki herkesin titreşimini yükseltebilirsiniz.

Sessizce otururken rehberlik isteyin. Ardından, dinlemeye istekli olun. Vücuduna dikkat et. Belki de yukarı doğru odaklanırken karıncalanma gibi fiziksel bir his hissedeceksiniz. Sorunuzu açıkça belirterek rehberlik isteyin. Rastgele düşüncelerin dikkatinizi çekmesini önleyin. Rehberlik istediğiniz şeye beş dakika bile odaklanabilirseniz, o kısa alanda yeni bir düşünme biçimi, daha yüksek bir bakış açısı elde edeceksiniz. Çağrınız her zaman duyulur; tek sorun dinleme yeteneğinde ortaya çıkar.

Şifayı başkalarına nasıl yayınlarsınız? İnsanlara dokunuyorsunuz, onlarla konuşuyorsunuz, bilginizi yazıp gönderiyorsunuz. Niyetiniz yüksek merkezlerinizden

başkalarıyla bağlantı kurmak olduğunda, sözleriniz, yazılarınız ve dokunuşlarınız o yerden gelir. "Şifa için doğru kelimeleri söylediğimi, bedene tam olarak doğru şekilde dokunduğumu nasıl anlarım?" diyebilirsiniz. Niyet şifa olmaksa, o zaman söz ve dokunuş o kişi için her zaman doğru olacaktır. Bu seviyede hata yok. Yalnızca zihniniz ve kişiliğiniz yargı ve hata yaratabilir. İyileşmeye niyet ettiğinizde, hangi yöntemi kullanırsanız kullanın, hangi formu veya tekniği denerseniz deneyin, iyileşeceksiniz. Diğer kişi de iyileşmeyi istemelidir, çünkü eğer hazır değillerse, denediğiniz hiçbir şey işe yaramaz.

Bununla birlikte, kızgın hissediyorsanız ve birine intikam almak istiyorsanız, o zaman niyetiniz açıkça iyileşme değildir. Öfkeni örtmek için güzel sözler söylemeye çalışırsan iyileşemezsin. Bu seviyede yalan yok. İyileşme niyetiyle etrafta dolanırsanız, gittiğiniz her yerde - manav, ofis - bilinçli olarak yapmasanız bile iyileştirici bir etki olacaksınız.

Bu*Çalışmanızın alacağı özel biçimi oluşturmak size kalmış.*

İş, şifa sanatları, sahne sanatları, bilim, eğitim veya diğer alanlarda, hangi biçimde ve hangi alanı seçerseniz seçin, size sunulan rehberlik sınırsızdır. Her şeyi yapma isteği, sizi o alanda ihtiyacınız olan bilgi ve rehberliğe çeker. Yüksek telepati merkezlerinin ana işlevi, sizi yüksek amacınıza uyumlamak, dünyaya ne yapmak için geldiğinizi keşfetmenize yardımcı olmak ve bunu yapmanız için gereken bilgileri size getirmektir. Bu daha yüksek seviyelerde çalışmayı deneyimledikçe, etrafınızdakiler üzerinde sevgi dolu bir etki yaratma yeteneğinizi artıracak ve içsel gözlerinizle görme yeteneğinizi artıracaksınız. Bunu yapma niyeti, kendinizi rehberliğin daha yüksek alemlerine uyumlamak için gerekli olan tek şeydir.

OYUN KILAVUZU

1 | Geçen yıl rehberlik istediğiniz ve aldığınız beş şeyi—bir karar, sorun veya seçim—düşünün.

2 | Şu anda hayatında rehberlik istediğin bir şey düşün. Sessizce oturun, rehberlik isteyin ve yeni düşünceler gelip gelmediğine dikkat edin. Bunları buraya kaydedin.

Yardımcı Kitaplar

Orin tarafından

KITAPDünya Yaşam Serisinden I

Sevinçle Yaşamak

Kişisel Güç ve Ruhsal Dönüşümün Anahtarları

Bu kitap size kendinizi nasıl seveceğinizi ve besleyeceğinizi, yaşam amacınızı keşfetmeyi ve daha yüksek bir amaç için yaşamayı öğretiyor. Sevgiyi nasıl yayacağınızı öğreneceksiniz; şefkatli, hoşgörülü ve bağışlayıcı olun; iç huzuru hissetmek; kuantum sıçraması yapın; netlik kazanmak; yeni şeylere açık; içsel rehberliğinize güvenin; olumsuzları olumluya çevirmek; ve almaya açıktır. Sevme yeteneğinizi artırarak titreşiminizi yükseltmeyi öğreneceksiniz; daha fazla öz değere ve özgüvene sahip olmak; ve uyum, netlik ve barış yaratın. Mücadele etmek yerine neşe içinde yaşayabilirsin! (HJ Kramer, Inc., 1986.216 sayfa)

KITAPDünya Yaşamı Serisinin III'ü

Manevi Gelişim

Yüksek Benliğiniz Olmak

Bu kitap size ruhsal gelişiminizi hızlandırmak için yukarıya nasıl ulaşacağınızı ve evrenin daha yüksek güçleriyle nasıl çalışacağınızı öğretecek. Evrenle akmak için Yüksek İrade ile nasıl bağlantı kuracağınızı öğreneceksiniz; içgörüler, gelişmiş yaratıcılık ve atılımlar için Universal Mind ile bağlantı kurun; içsel planlarla ilgili farkındalığınızı genişletin; durugörü görüşünüzü açın; vahiy almak; ve evrenin daha büyük resmini görün. Bağlanmamayı, iradeyi doğru kullanmayı ve illüzyon perdelerini nasıl kaldıracağınızı öğreneceksiniz. Zamanı nasıl genişletip daraltacağınızı, realitenizi nasıl seçeceğinizi, şeffaf olacağınızı, daha yüksek yollarla iletişim kuracağınızı ve kendi yüksek benliğiniz olmayı öğreneceksiniz. Bu

araçlar, günlük hayatınızı daha fazla neşe, uyum, barış ve sevgi ile yaşamanıza yardımcı olacaktır. Bu kitap, gelmekte olan daha yüksek enerjilerle uyumlanmanıza yardımcı olacak, kendiniz için hayal edebileceğiniz en iyi hayatı yaşamak için onları kullanmak. (HJ Kramer, Inc., 1989.216 sayfa)

Orin ve DaBen tarafından

Kanala Açılış

Rehberinizle Nasıl Bağlantı Kurarsınız?

Sanaya Roman ve Duane Packer tarafından

Orin ve DaBen - Duane Packer tarafından yönlendirilen bilge ve iyileştirici bir ruh öğretmeni - size üst düzey bir rehberle nasıl bağlantı kuracağınızı ve sözlü olarak nasıl yönlendireceğinizi öğretecekler. Kanallık öğrenilebilen bir beceridir ve Sanaya ve Duane binlerce kişiyi bu güvenli, basit ve etkili süreçleri kullanarak kanallık yapmak için başarıyla eğitti. Kanallığın ne olduğunu ve kanallığa hazır olup olmadığınızı nasıl anlayacağınızı, transa gireceğinizi, bilgileri net bir şekilde alacağınızı, rehberinizle ilk görüşmenizde neler bekleyeceğinizi ve çok daha fazlasını öğreneceksiniz. (HJ Kramer, Inc., 1987.264 sayfa)

Para Yaratmak

Bolluğun Anahtarları

Sanaya Roman ve Duane Packer tarafından

Paranın ve bolluğun ruhani yasalarını takip etmeyi, gelişmiş tezahür ettirme tekniklerini kullanmayı ve istediğinizi yaratmayı öğrenin. Hayatınızın işini nasıl keşfedeceğinizi ve kendinize çekeceğinizi öğreneceksiniz. Bu kitap, refahınızda hızlı değişiklikler yaratmanıza yardımcı olacak birçok basit teknik, olumlu olumlamalar ve alıştırmalar içermektedir. Bolluk sizin doğal halinizdir ve bu kitaptaki bilgileri kullandıkça, sevdiğiniz şeyi yaparken paranın ve bolluğun yaşamınıza kolayca akmasına nasıl izin vereceğinizi öğreneceksiniz. Sınırsız düşünmeyi geliştirebilir, içsel rehberliğinizi

dinleyebilir ve inançlarınızı dönüştürebilirsiniz. İstediğinizi kolayca yaratmak için enerjiyle nasıl çalışacağınızı keşfedin ve evrenin sınırsız bolluğundan yararlanın. (HJ Kramer, Inc., 1988.282 sayfa)

Orin'den daha fazlası

Ses Kaseti Bant Albümleri

Bunlar*Farkındalık Yoluyla Kişisel Güç***Orin'in Cilt I ve II'deki rehberli meditasyonları, bu kitaptaki teknikleri uygulamanıza ve size birçok yeni beceri öğretmenize yardımcı olacaktır. Enerjinin farkında olma ve istediğiniz geleceği yaratma yeteneğinizi geliştirecekler. Bu kasetler mükemmel bir evde çalışma kursu oluşturur. Veya kendi derslerinizi yürütmek için bunları kullanın.**

*Farkındalık Yoluyla Kişisel Güç - Cilt I: Enerjiyi Algılamak*Orin tarafından. Bu ilk ciltte enerjiyi, düşünceyi ve ışık araçlarını kullanarak istediğiniz gerçekliği nasıl yaratacağınızı öğreneceksiniz. Bu rehberli yolculuklar, etrafınızdaki enerjiyi görselleştirme, algılama ve etkileme becerilerinizi geliştirir ve sezgisel yeteneklerinizi ve daha yüksek rehberlik alma yeteneğinizi artırır. İçindekiler: Algılama Enerjisi; Görünmeyen Enerjiyi Algılamak; Başkalarındaki Enerjiyi Hissetmek; Ben Kimim?- Kendi Enerjini Hissetmek; Sezgi Geliştirme; Gelişen Duygusal Telepati; Telepatik İmge Gönderme ve Alma; Daha Yüksek Rehberlik Almak - Daha Yüksek Telepatik Merkezlerinizi Açmak. Vinil kaset albümünde 8 işlemli 4 kaset seti. (P201) 59,95 $ (Ayrı teypler ayrı satılmaz.) Sağ/sol beyin dalgası senkronizasyonu ve derin düzey meditasyon için duyulamayan ses frekansları içerir.

*Farkındalık Yoluyla Kişisel Güç - Cilt II: Işığa Yolculuk*Orin tarafından. Bu albümdeki süreçler, kendinize ve yaşamınıza dair deneyiminizi dönüştürmek için güçlü teknikler içeriyor. Her yolculuk size hayatınızın çeşitli alanlarında istediğiniz geleceği nasıl yaratacağınızı öğretir. Kendinizi yeni, daha yüksek şekillerde deneyimleyecek, kendinizi nasıl daha çok seveceğinizi öğrenecek, gücünüzden gelecek, başkalarının yanında kendi merkezinizde kalacak ve daha fazlasını yapacaksınız. Kapsananlar: Koşulsuz Sevgiyi Öğrenmek; Ağrıyı Dönüştüren Negatif Enerjiyle Başa Çıkma; Bilinçaltınızı Bilince Getirmek; Işığa Yolculuk - Daha Yükseklere; Kendini Sevme - İç Diyaloğunuzu Geliştirme; İçsel İmgelerinizi Dönüştürmek; En Derin Gerçeğinizi Bulmak; Bilgelik - Yüksek Benliğiniz Olmak. Vinil albümde 8 işlemli 4 kaset seti. (P202) 59,95 $ (Ayrı teypler ayrı satılmaz.

Farkındalıkla Kişisel Güç, Cilt I ve II - vinil albümde 16 meditasyon içeren 8 kaset seti - sipariş edin ve 19 dolardan fazla tasarruf edin. (P203) $99.95

Bültenimize Ücretsiz Abonelik için arayın veya yazın:

Orin'den mevcut dünya değişiklikleri, mevcut enerjiler ve bunlarla nasıl çalışılacağı hakkında bilgilerin yanı sıra kasetler ve seminerler hakkında bilgiler içeren haber bültenimize ÜCRETSİZ abonelik almak için şunu yazın: LuminEssence Productions, PO Box 19117, Oakland, CA 94619 veya (510) 482-4560 numaralı telefonu arayın. Adınızı, adresinizi ve telefon numaranızı eklediğinizden emin olun. Her haber bülteni, daha fazla farkındalık geliştirmenize ve hayatınızı dönüştürmek için ışığı kullanmanıza yardımcı olmak için size ek ışık araçları ve "Hafif Oyun" adı verilen yeni Oyun Sayfaları sunar. Bu haber bülteni, Orin'in büyümenizde size yardımcı olmaya devam etme ve hissetmekte olduğunuz enerjilerin ve olmakta olan dünya değişikliklerinin farkında olmanıza yardımcı olma yoludur.

Ses Kasetleri

Orin'den daha fazlası

Bu Rehberli Meditasyon kasetleri hakkında Orin'den bir mesaj:

Işık, enerji, düşünce ve Yüksek Benliğiniz ile çalışarak mucizeler yaratabilirsiniz. Bu meditasyonları kuantum sıçraması yapmak, gelişimini hızlandırmak ve mücadele etmek yerine neşe dolu bir hayat yaşamak isteyen sizlere sunuyorum." *- Orin*

Farkındalık Beyanları Yoluyla Kişisel Güç 1. Taraf, Kılavuzlu Yolculuk Tarafı 2. (Pl 00) Kitabın ilkelerine dayanmaktadır.
Geçmiş Yaşam Gerilemesi (SI043) Yüksek Benliğiniz Olmak (SI040) Yaşam Amacını Keşfetmek - Burada Ne Yapmak İçin Buradayım? (LI04) Sezgi Geliştirme (010) Yaş Gerilemesi (SI041)
Koşulsuz Sevgi Yaymak - Kaynak Olmak (Pl 03) Kendini Sevmek (L102) Kendini Yok Etmenin Üstesinden Gelmek (SI060) Psişik Yeteneklerinizi Açmak (013) Almak İçin Açmak (L106) Berrak Rüya Görme (SI024) Hücresel Olarak Yeniden Programlama (SI056) Başlarken Gücünüzle Temasta (SI003) Blokajları Artırma (SI057) Kuantum Sıçraması Yapma (L103) Kilo Verme, Daha Genç Görünme (SI030)
Ruh Eşinizi Çekmek (RE002) Ruh Rehberinizle Buluşmak (014) Serbest Meslek Sahipleri İçin: Para Yaratmak, Müşteriler, Satış (SI037)
Bir İlişkide İstediğin Şeye Sahip Olmak (RE003)

Yukarıda listelenen tüm bantların her biri 9,98 ABD dolarıdır. Kasetler her iki tarafta da aynı yolculuğu içeriyor, bir tarafa ses frekansları ekleniyor. Müzik Thaddeus'a ait. Ek bantlar hakkında bilgi için LuminEssence Productions'a yazın veya arayın.

Orin'in kitapları

HJ Kramer, Inc. tarafından yayınlandı.

Dünya Yaşamı Serisinin I. Kitabı: Sevinçle Yaşamak, Orin, 216 sayfa (LWJ) 10,95 ABD Doları (Tüm kitaplar için sipariş formuna göre posta ücreti ve satış vergisini ekleyin.)

Dünya Yaşamı Serisinin III. Kitabı: Spiritüel Büyüme: Yüksek Benliğiniz Olmak, Yazan Orin, 216 sayfa (SG) 10,95 $

Kanala Açılış: Rehberinizle Nasıl Bağlanırsınız, Sanaya Roman ve Duane Packer tarafından yazılan, bir Orin ve DaBen kitabı, 264 sayfa (OTC) 12,95 $

Para Yaratmak: Bolluğun Anahtarları, Sanaya Roman ve Duane Packer tarafından yazılan, bir Orin ve DaBen kitabı, 282 sayfa (CM) 12,95 $

Orin'den Ses Kaseti Albümleri

Kanala Açılıyor. Orin ve DaBen'in (Duane Packer tarafından kanalize edilen) bu ses kaseti kursu, kanalı açmanıza yardımcı olmak içindir. Süreçler şunları içerir: Gevşeme, odaklanma ve konsantrasyon teknikleri; Sizi açılışınıza hazırlamak için daha yüksek alemlere yolculuk; Trans duruşu; Sözlü kanallığa açılma; Trans halinde rehberinize sormanız gereken sorular; Kendinize bir okuma yapmak için talimatlar; ve Başkalarına nasıl okuma yapılacağını öğrenmek. Vinil albümde 16'dan fazla işlem içeren 4 kaset seti. (Cl 00) $49.95

Para Yaratmak Orin'in bu ses kaseti zenginlik bantları, bereketli bir gerçeklik yaratmak içindir. Süreçler şunları içerir: Kendinizi Mıknatıslamak (SI010), İnançları ve Eski Programları Temizlemek (SI071), Şüpheleri ve Korkuları Serbest Bırakmak (SI075), Ruhunuzla ve Rehberlerle Bağlantı Kurmak (SI076), Aura Temizliği, Enerji ve Işık Çalışması (SI073), Refahınızı

Uyandırmak Benlik (S1074), Başarı (S1070) ve Bolluk Yaratma (SI072). Tüm kasetlerin tanesi 9,98 dolar. 8 işlemden oluşan bir set için (vinil albümde 4 çift taraflı bant), Para Oluşturma Albümü sipariş edin ve kaydedin. (M100) $49.95

*Dönüşüm: Kişiliğinizi Geliştirmek,*Orin tarafından. Bu meditasyonlar, tıkanıklıklar, ruh hali dalgalanmaları, ortaya çıkan eski sorunlar, aşırı uyarılma vb. gibi hızlandırılmış bir ruhsal büyüme yolunda olmaktan kaynaklanan zorluklarla başa çıkmanıza yardımcı olur. Meditasyonlar şunları içerir: Kendini Takdir Etme; Uyanış Yolunuzu Onurlandırmak; İçe Odaklanmak: Ruhunuzun Sesini Duymak; Yukarıya Odaklanmak: Ustaların ve Rehberlerin Sesini Duymak; Kendinizi Yeniden Ebeveynlik Etmek: Geçmişi Değiştirmek; Geleceği Işıkla Yaratmak; Aklın Ötesinde: Yüksek Zihninizi Açmak; Hücresel olarak yeniden programlamak, sınırlamaları, eski inançları, blokajları ve daha fazlasını serbest bırakmak için Üstatlar Tapınağı'na yolculuk. 8 süreç (albümde 4 çift taraflı bant) (SG200) 49,95 USD (Stereo ses frekanslarını içerir. Kasetler ayrıca satılmaz.)

Işık Bedeninizi Uyandırmak: Aydınlanmanın Anahtarları

Orin ve DaBen'in Ses Kaseti Üzerine Altı Ciltlik Ev Çalışması Kursu Orin ve DaBen'in Uyanış Işık Bedeninizi Teyp kursu, sizi adım adım ilerletmek için kapsamlı yazılı materyal ve altı ses kaseti kaset albümü (her biri altı kaset içerir) içerir. adım ruhsal gelişim programı. Bu, metafizik eğitimi almış ve bir süredir büyüme yolunda olan ve ruhsal gelişiminizin hayatınızın daha da önemli bir parçası haline gelmesine hazır olan sizlere önerilir. Enerjiyi çok ince bir seviyede hissetmeyi öğrenmek istiyorsanız; birçok yükseltilmiş, genişletilmiş bilinç durumunu deneyimlemeye hazır; kanalınızı yukarıya doğru açmak istiyorsanız; enerji ile yaratmayı öğrenin: ve bir kuantum sıçraması yapın, Işık Bedeninizi Uyandırmak kaset kursumuza yazın veya davet için arayın.

Bültenimize Ücretsiz Abonelik için arayın veya yazın

Orin'den mevcut dünya değişiklikleri, mevcut enerjiler hakkında bilgilerin yanı sıra kasetler ve seminerler hakkında bilgi içeren bir mesajla birlikte bültenimize ÜCRETSİZ abonelik almak için: LuminEssence Productions, PO Box 19117, Oakland, CA 94619 yazın veya (510) 482 numaralı telefonu arayın -4560. Adınızı, adresinizi ve telefon numaranızı eklediğinizden emin olun.

LuminEssence Productions • Posta Kutusu 19117 • Oakland, CA 94619

Mastercard/Visa (510) 482-4560 ile siparişinizde telefon

*Emir*Biçim

HERHANGİ BİR ÜÇ BANTINI 9,98$'A ALIN DÖRDÜNCÜSÜNÜ 9,98$'A BEDAVA BEDAVA ALIN!!(Ücretsiz teyp teklifi kaset albümleri için geçerli değildir.)

Adınız _____

Adres _____

Şehir posta kodu

Telefon: Ev () İş ()
*(Durumunda*Siparişinizle ilgili herhangi bir sorumuz var.)

ADET	ÜRÜN	AÇIKLAMA	FİYAT

POSTA

	Birinci sınıf posta	GÜÇ KAYNA
10 dolara	1,45	3,25
11 ila 25	3,25	4,00 $
26 ila 45	4,75	4,75
46 ila 100	5,50	5,50
100 doların	10,00 $	7,75

ara toplam	
Satış	
vergisi*	
Posta ücreti	

*CA

□ Siparişinizin UPS ile gönderilmesini tercih ediyorsanız burayı kontrol edin.
(UPS, Posta Kutusu adreslerine teslimat yapamaz.)

Siparişiniz için teşekkür ederiz!

Ödeme ektedir:□ Çek□ Havale

Lütfen ödememi:□ VISA□ MasterCard

Kredi Kartı No.Exp. Tarih

Karttaki gibi imza_____

Lütfen çeki LuminEssence Productions'a ödenecek hale getirin. Bir ABD Bankası ÜZERİNDEN çekilen ABD Fonlarıyla ödenecek Kanada ve uluslararası siparişler. Kanada ve Meksika siparişleri ABD Posta Ücretine 3,00 ABD Doları ekler; diğer uluslararası siparişler ABD Posta Ücretine 10,00 ABD Doları ekler. Tüm siparişler, alınmasından itibaren iki iş günü içinde gönderilir. Tüm uluslararası siparişler hava yoluyla sevk edilecektir. Sipariş gönderildikten sonra US Mail veya

UPS teslimatı için zaman ayırmayı unutmayın. Eksik siparişler iade edilecektir.

UYUMLU KİTAPLAR

HJ KRAMER A.Ş.

BARIŞÇI SAVAŞÇININ YOLU, Dan Millman tarafından Dönüştürme sürecinizi güçlendirmek için ideal bir gizem ve macera hikayesi. Kitap ve ses kaseti formatında mevcuttur.

BARIŞÇI SAVAŞÇININ KUTSAL YOLCULUĞU
yazan Dan Millman
Uluslararası çok satanın merakla beklenen devamı
Barışçıl Savaşçının Yolu

DENGE ARAYIŞINDA John Robbins ve Ann MortifeeYüreğin sorunlarına ve endişelerine yönelik bir araştırma.

DOĞAYA YOLCULUK Michael J. RoadsİnsanlığI doğanın gözünden deneyimleyeceğiniz ruhsal bir yolculuk.

BASİT GÜÇLÜDÜR Michael J. Yollar Hayatlarında anlam ve özgürlük arayışına giren Michael ve Treenie, cevapların genellikle aldatıcı bir şekilde basit olduğunu keşfederler.

IŞIK ELÇİLERİ:
MELEKLERİN MANEVİ GELİŞİM REHBERİ
kaydeden Terry Lynn Taylor
Hayatınızda cenneti yaratmanıza yardımcı olmak için tasarlanmış melek krallığına kaygısız bir bakış.

UMUT KORUYUCULARI:
MELEKLERİN KİŞİSEL GELİŞİM REHBERİ
kaydeden Terry Lynn Taylor
Guardians of Hope, altmıştan fazla pratik melek uygulamasıyla melekleri yeryüzüne indirir.

RÜYALARINIZI ANLAYIN Alice Anne Parker Okuyucuya rüya tabirlerinin anahtarını sunan pratik bir kitap.

AROMATERAPİ İÇİN TAM EV REHBERİ
kaydeden Erich Keller
Doğal kokuların büyülü dünyasının kapılarını aralayan, kullanımı kolay bir aromaterapi rehberi.

ÇOK SATAN VEYA KİTABI

Farkındalık Yoluyla Kişisel Güç

AHASSAS İNSANLAR İÇİN REHBER

Enerjiyi algılamaya yönelik bu hızlandırılmış adım adım kurs, Sanaya Roman tarafından yönlendirilen bilge ve nazik bir ruh öğretmeni olan Orin tarafından verilmektedir. Bu takip etmesi kolay süreçleri kullanarak binlerce kişi ilişkilerinde, kendilik imajlarında ve sevme ve sevilme yeteneklerinde ani ve derin değişiklikler yaratmayı öğrendi.

Artık diğer insanların ruh hallerinden veya olumsuzluklarından etkilenmenize gerek yok. Başkalarının enerjisini ne zaman aldığınızı fark edebilir ve onu kolayca serbest bırakabilirsiniz. Merkezde ve dengede kalmayı, kim olduğunuzu bilmeyi, etrafınızdaki pozitif enerjiyi artırmayı ve başkalarına yardım edip onları iyileştirmeyi öğrenebilirsiniz.

Duyarlılığınız bir armağandır. Telepatik mesajlar göndermek ve almak, sezgisel yeteneklerinizi artırmak ve daha yüksek rehberliğe açık olmak için kullanmayı öğrenin. İşlerin genellikle acı verici olduğu daha yoğun enerjileri bırakabilir ve sevgi dolu, sakin, odaklanmış ve pozitif hissedebileceğiniz daha yüksek enerjilerde yaşayabilirsiniz.

YERYÜZÜNDEKİ HAYAT DİZİSİNİN 2. KİTAP

Keyifle Yaşamak, Kanala Açılmak ve Para Yaratmak kitaplarının yazarının ulusal bir bestseller kitabı.

51095
9 780915 811045

ISBNo-nisan-OM-'i

HJ Kramer IncP.O. Kutu 1082Tiburon, Kaliforniya 94920